

令和7年度

全国体力・運動能力、運動習慣等調査

北海道版結果報告書

北海道教育委員会
令和8年(2026年)4月



はじめに

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査について、全道や管内の結果を詳細に分析し、北海道版結果報告書として取りまとめました。

本報告書では、「実技に関する調査」と「児童生徒質問紙調査」の結果をテーマ別に分け、関連する項目を多角的に分析し、各教育委員会や学校等における体力向上の取組の参考となるよう、改善のポイントや道内の学校における特色ある取組を掲載しています。

本道の状況は、依然として小・中学校の男女いずれも全国平均より低い状況であるものの、全国平均との差は、悉皆(しっかい)による本調査開始以降で最小となり、特に小学校男子においては、全国平均と同等の水準に到達するなど改善の兆しが見られています。

その一方で、児童生徒質問紙調査においては、前年度までと同様に、本道の児童生徒は、授業の中で、「できたり、わかったり」を「いつも」実感している割合が全国と比べて低い状況や、朝食を毎日食べる児童生徒や学習以外で画面を見ている時間が1時間未満の児童生徒の割合が全国と比べて低いことなど、基本的な生活習慣に課題が見られます。

道教委では、各学校において、児童生徒一人一人に生涯にわたる豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力を育成する体育・保健体育の授業改善の取組を一層進めることや、家庭や地域と連携した望ましい運動習慣や生活習慣の確立に向けた取組を一層充実させることが重要であると考えており、今後、市町村教育委員会、学校、家庭、地域との連携を一層深めるとともに、地域や学校の実態に応じた効果的な体力向上の取組を推進してまいります。

教育関係者や保護者の方々はもとより、広く道民の皆様には、本道教育の推進に向け、引き続き深い御理解と御支援を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

令和8年(2026年)4月
北海道教育委員会教育長 中島俊明

目次

I テーマ分析	
1 テーマ1「本道児童生徒の体力・運動能力の現状」	5
2 テーマ2「体力向上に向けた体育・保健体育の授業改善」	15
3 テーマ3「児童生徒の望ましい運動習慣や生活習慣の確立」	63
4 テーマ4「体力向上に向けた学校の組織的な取組」	102
II 北海道の児童生徒の体力の向上に向けた有識者の意見	
1 北海道教育大学札幌校教授 中島寿宏氏	114
2 北海道教育大学旭川校教授 高瀬淳也氏	118
III 各管内の状況	
1 管内の体力合計点の分布	121
2 管内の状況、分析及び改善の方向性	124
IV 各市町村の状況	
1 各市町村の状況等(二次元コード)	152
V 特色ある取組	
1 道内の小・中学校における特色ある取組	167

調査の概要

(1) 調査の目的

- 国が全国的な児童生徒の体力・運動能力や運動習慣・生活習慣等を把握・分析することにより、児童生徒の体力・運動能力や運動習慣等の向上に係る施策の成果と課題を検証し、その改善を図る。
- 各教育委員会が全国的な状況を踏まえ、児童生徒の体力・運動能力の向上に係る施策の成果と課題を把握し、その改善を図るとともに、そのような取組を通じて、児童生徒の体力・運動能力の向上に関する継続的な検証改善サイクルを確立する。
- 各学校が各児童生徒の体力・運動能力や運動習慣、生活習慣等を把握し、学校における体育・健康等に関する指導などの改善に役立てる。

(2) 調査の対象及び調査内容

	調査対象	調査内容
児童生徒	・小学校、義務教育学校前期課程及び特別支援学校小学部の5年生全員 ・中学校、義務教育学校後期課程、中等教育学校前期課程及び特別支援学校中学部の2年生全員	・実技に関する調査(以下「実技調査」という。測定方法等は新体力テストと同様 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン(中学校は20mシャトルランに替えて持久走も可)、50m走、立ち幅とび、ソフトボール投げ(中学校はハンドボール投げ) ・質問調査(運動習慣、生活習慣等)
学校	・小学校、中学校、義務教育学校、中等教育学校及び小学部もしくは中学部を置く特別支援学校の全校	・質問調査(児童生徒の体力・運動能力、運動習慣等の向上に係る学校の取組等)

(3) 調査の方法

悉皆(しっかい)調査

(4) 調査の実施期間

令和7年(2025年)4月から令和7年(2025年)7月末までの期間で実施

(5) 実施学校数・児童生徒数(札幌市を含む公立学校)

北海道	実施校数(校)	児童生徒数(人)	全国	実施校数(校)	児童生徒数(人)
小学校	935	34,809	小学校	18,438	913,144
中学校	576	32,922	中学校	9,430	816,548
合計	1,511	67,731	合計	27,868	1,729,692

用語説明

用語	解説
体力合計点	種目によって単位が異なる測定値を、単位が共通な10点満点の「ものさし(尺度)」に変換し、8種目の結果を合計した得点(80点満点)
T得点	全国平均値に対する相対的位置を示し、単位や標準偏差が異なる調査結果を比較(全国平均を50とした時の数値)
総合評価	体力合計点の高い順にA~Eの5段階で評価(総合評価基準表により評価)

留意事項

- 本資料において、北海道及び全国の状況は、いずれも公立学校について示したもの
- 国における実技調査、児童生徒質問調査、学校質問調査の回答の精査に当たっては、性別不明など一部のデータは集計・分析の対象外
- 本調査結果は、児童生徒の体力・運動能力の特定の一部であること、学校における教育活動の一側面に過ぎないこと



テーマ分析

- 1 本道児童生徒の体力・運動能力の現状
- 2 体力向上に向けた体育・保健体育の授業改善
- 3 児童生徒の望ましい運動習慣や生活習慣の確立
- 4 体力向上に向けた学校の組織的な取組

ここでは、本道児童生徒の体力・運動能力の状況や質問調査の結果について、全国平均との比較や関連する項目を多角的に分析した結果を経年変化グラフやレーダーチャート等で示すとともに、テーマごとに今後の取組のポイントを掲載しています。

市町村教育委員会においては、地域の児童生徒の実態把握や分析を行う際に、本資料を御活用ください。

また、小・中学校においては、体育・保健体育の授業改善や児童生徒の望ましい運動習慣や生活習慣の確立、体力向上に向けた組織的な取組の充実に向け、本資料を御活用ください。

テーマ分析 I

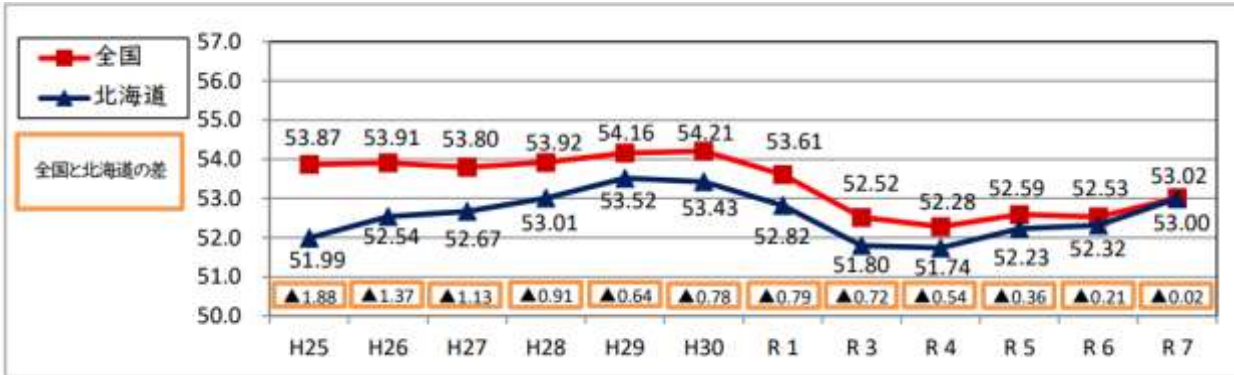
本道児童生徒の 体力・運動能力の現状

ここでは、今年度の実技に関する調査結果や、本調査開始当初からの経年変化、3年前の小学校時点の記録と3年後の中学校時点の記録の変化などを全国の結果と比較することにより、本道児童生徒の体力・運動能力の状況を分析している。

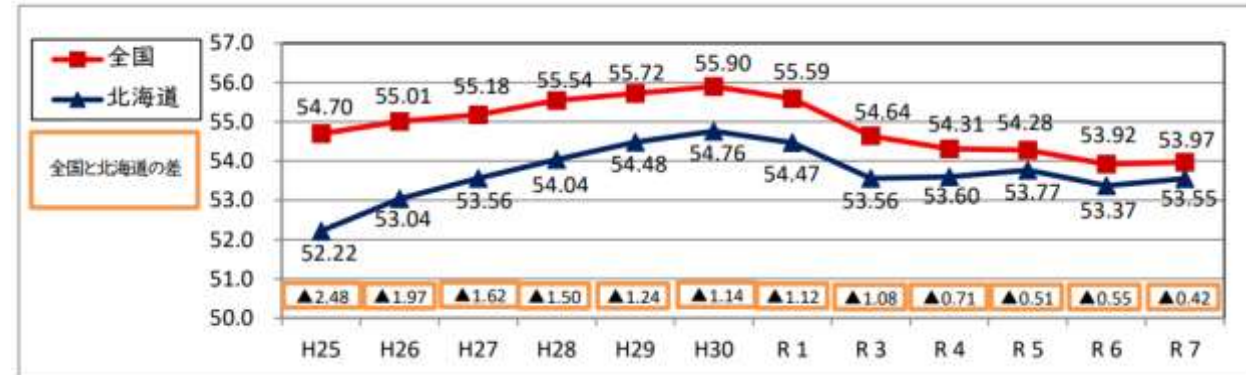
分析 I

(I) 平成25年～令和7年の体力合計点の推移

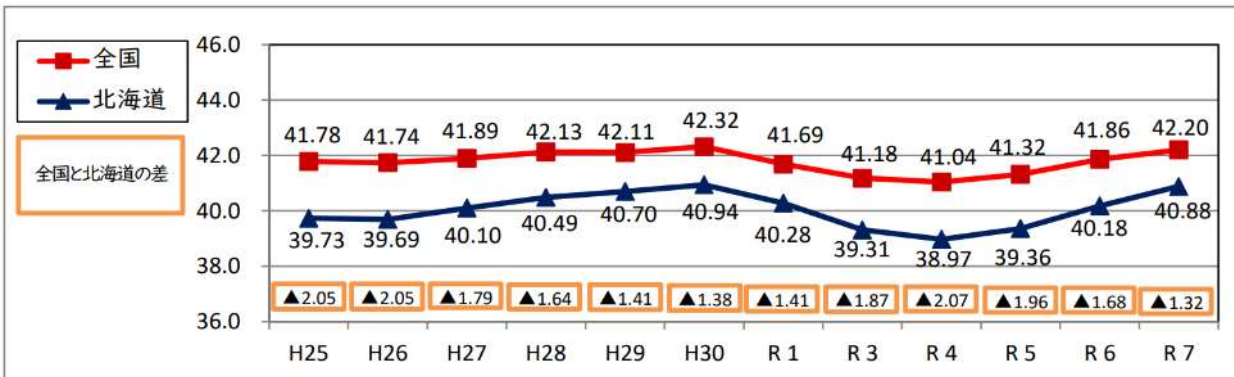
小学校男子



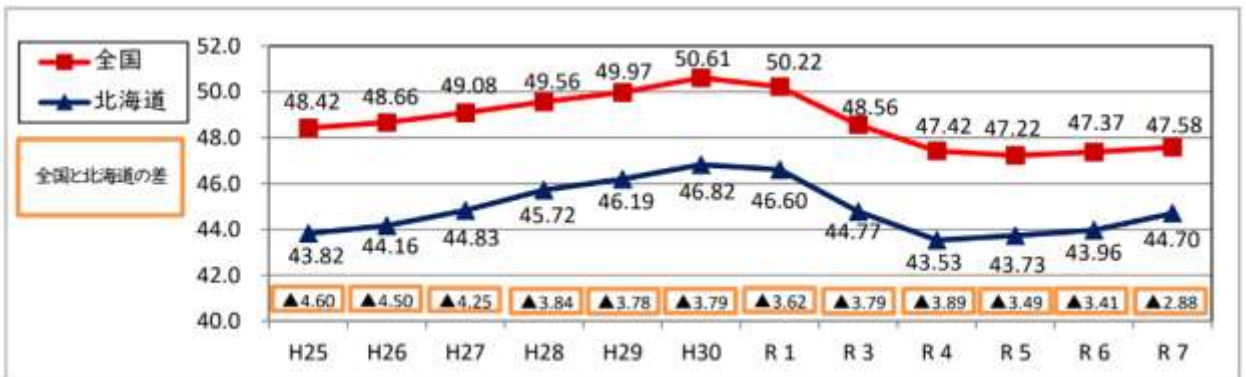
小学校女子



中学校男子



中学校女子



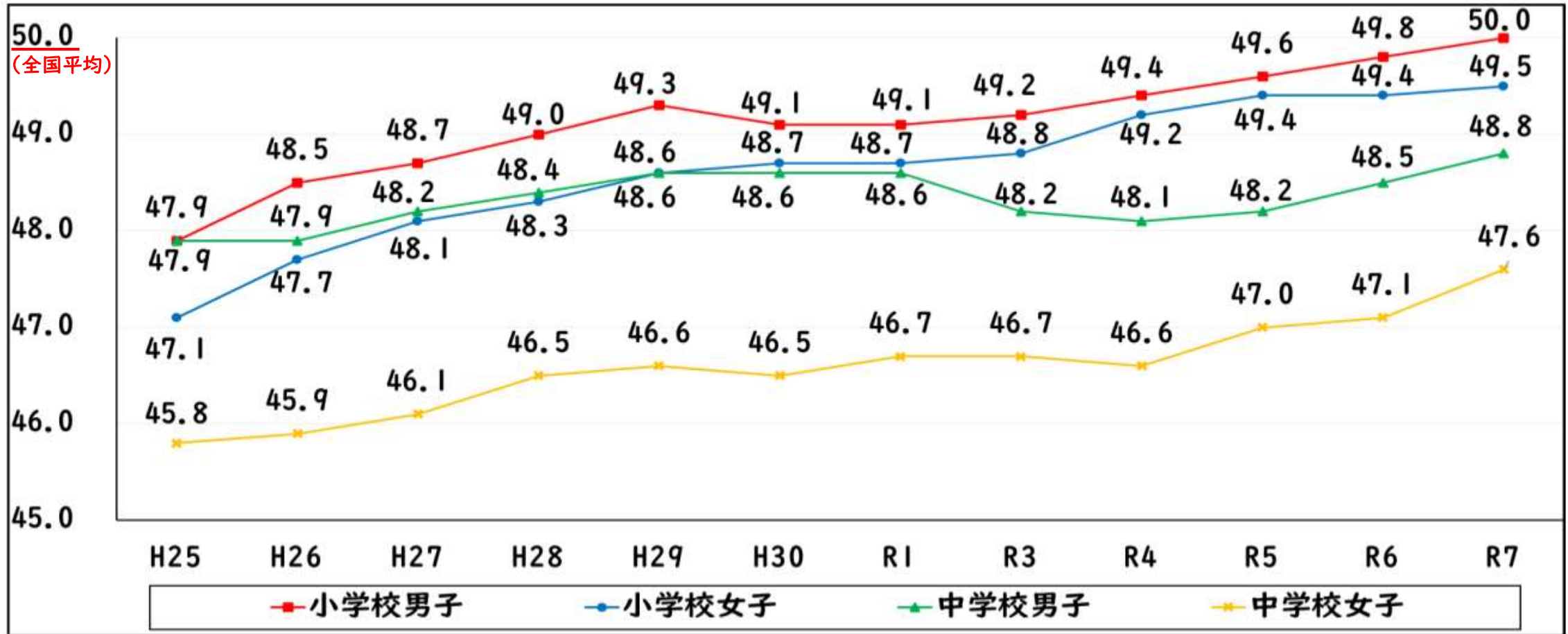
・令和6年度と比較すると、小・中学校男女ともに上昇しており、特に小学校男子においては、全国とほぼ同等

分析 I

(2) 平成25年～令和7年の体力合計点の全国平均との差の推移

■ 体力合計点のT得点（全国を50としたときの数値）の推移

※体力合計点のT得点：全国を50としたときの相対的な値



・本調査開始以降、増減はあるものの全国平均との差は着実に縮まっており、本年度の全国平均との差は、本調査開始以降、これまでで最小

分析 I

(3) 令和7年度の体力合計点及び各種目の記録の状況

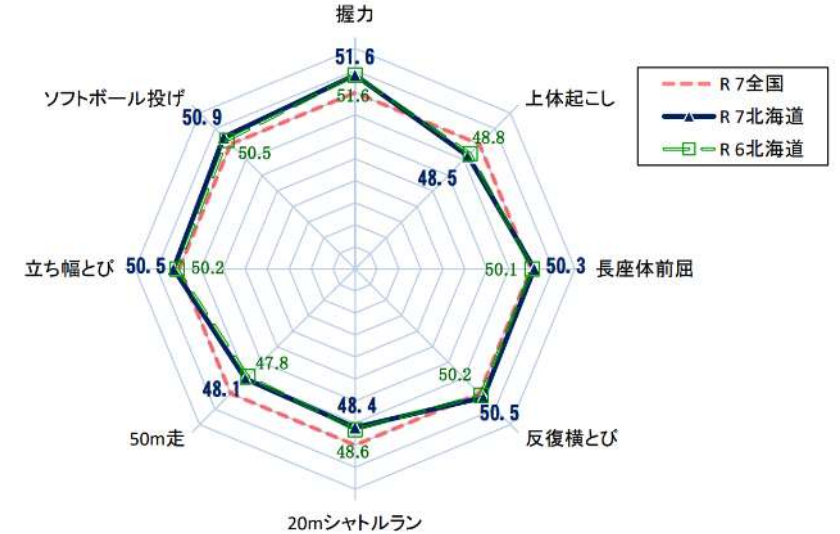
小学校男子

		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
R7全国	記録	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7北海道	記録	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
	全国との差	0.72	▲0.56	0.25	0.82	▲2.09	▲0.20	1.15	0.66	▲0.02
	R6北海道からの増減	▲0.10	0.14	0.20	0.65	1.09	0.08	0.48	0.39	0.68
R6全国	記録	16.01	19.19	33.79	40.66	46.90	9.50	150.42	20.75	52.53
R6北海道	記録	16.78	18.76	33.93	41.06	44.76	9.74	151.60	21.33	52.32
	全国との差	0.77	▲0.43	0.14	0.40	▲2.14	▲0.24	1.18	0.58	▲0.21
	全国との差の増減(R7-R6)	▲0.05	▲0.13	0.11	0.42	0.05	0.04	▲0.03	0.08	0.19



小学校女子

		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ソフトボール投げ(m)	体力合計点(点)
R7全国	記録	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97
R7北海道	記録	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
	全国との差	0.63	▲0.82	0.23	0.41	▲2.50	▲0.19	1.31	0.45	▲0.42
	R6北海道からの増減	▲0.17	0.04	0.11	0.23	▲0.01	0.02	0.09	0.16	0.18
R6全国	記録	15.77	18.16	38.19	38.70	36.59	9.77	143.13	13.15	53.92
R6北海道	記録	16.41	17.50	38.27	38.88	34.36	9.98	143.56	13.40	53.37
	全国との差	0.64	▲0.66	0.08	0.18	▲2.23	▲0.21	0.43	0.25	▲0.55
	全国との差の増減(R7-R6)	▲0.01	▲0.16	0.15	0.23	▲0.27	0.02	0.88	0.20	0.13



- ・小学校男子においては、7種目で昨年度より記録が上昇し、5種目で全国平均以上
- ・小学校女子においては、6種目で昨年度より記録が上昇し、5種目で全国平均以上

分析 I

(3) 令和7年度の体力合計点及び各種目の記録の状況

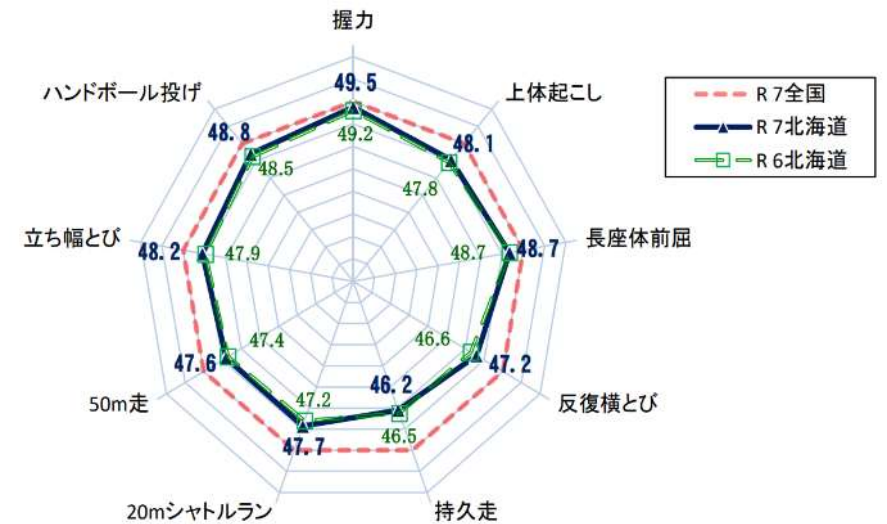
中学校男子

		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ハンドボール投げ(m)	体力合計点(点)
R 7全 国	記録	28.95	26.09	45.12	51.64	409.25	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R 7北海道	記録	29.32	25.54	43.64	49.85	426.13	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
	全国との差	0.37	▲ 0.55	▲ 1.48	▲ 1.79	▲ 16.88	▲ 3.35	▲ 0.15	▲ 1.27	▲ 0.36	▲ 1.32
	R6北海道からの増減	0.03	0.38	0.86	0.57	5.14	0.88	▲ 0.01	1.07	0.24	0.70
R 6全 国	記録	28.95	25.94	44.47	51.51	410.69	78.98	7.99	197.18	20.57	41.86
R 6北海道	記録	29.29	25.16	42.78	49.28	431.27	74.59	8.14	195.17	20.14	40.18
	全国との差	0.34	▲ 0.78	▲ 1.69	▲ 2.23	▲ 20.58	▲ 4.39	▲ 0.15	▲ 2.01	▲ 0.43	▲ 1.68
全国との差の増減(R 7-R 6)		0.03	0.23	0.21	0.44	3.70	1.04	0.00	0.74	0.07	0.36



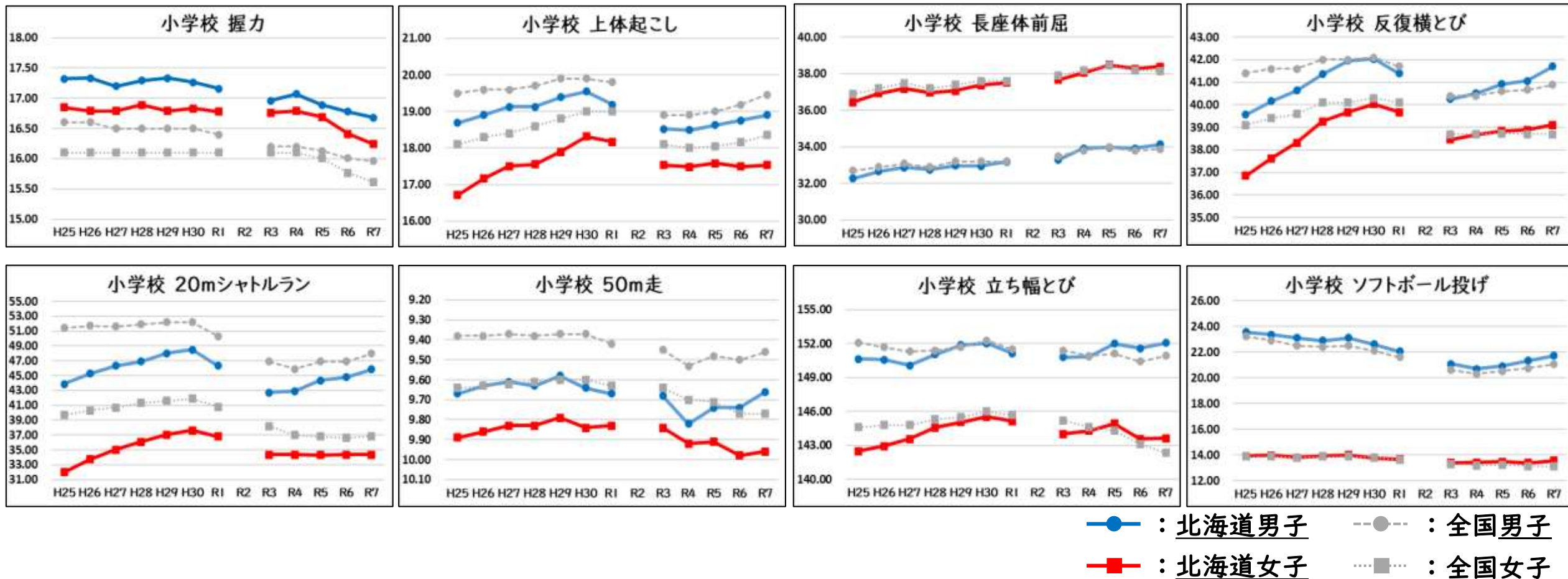
中学校女子

		握力(kg)	上体起こし(回)	長座体前屈(cm)	反復横とび(点)	持久走(秒)	20mシャトルラン(回)	50m走(秒)	立ち幅とび(cm)	ハンドボール投げ(m)	体力合計点(点)
R 7全 国	記録	23.15	21.70	46.99	45.74	309.66	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58
R 7北海道	記録	22.89	20.53	45.54	43.55	329.29	46.10	9.19	161.40	11.92	44.70
	全国との差	▲ 0.26	▲ 1.17	▲ 1.45	▲ 2.19	▲ 19.63	▲ 4.50	▲ 0.22	▲ 5.04	▲ 0.51	▲ 2.88
	R6北海道からの増減	0.08	0.29	0.50	0.57	▲ 2.35	0.84	0.00	1.00	0.17	0.74
R 6全 国	記録	23.18	21.56	46.47	45.65	309.02	50.67	8.96	166.32	12.40	47.37
R 6北海道	記録	22.81	20.24	45.04	42.98	326.94	45.26	9.19	160.40	11.75	43.96
	全国との差	▲ 0.37	▲ 1.32	▲ 1.43	▲ 2.67	▲ 17.92	▲ 5.41	▲ 0.23	▲ 5.92	▲ 0.65	▲ 3.41
全国との差の増減(R 7-R 6)		0.11	0.15	▲ 0.02	0.48	▲ 1.71	0.91	0.01	0.88	0.14	0.53



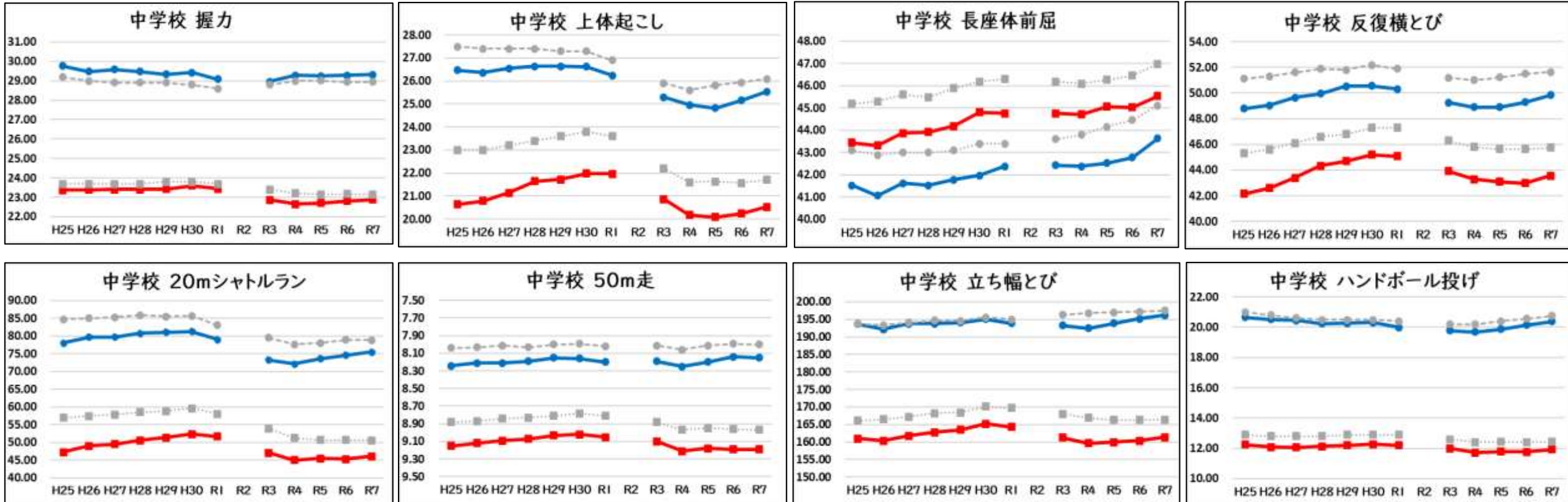
- ・中学校男子においては、8種目で昨年度より記録が上昇し、1種目で全国平均以上
- ・中学校女子においては、7種目で昨年度より記録が上昇したが、全国平均以上の種目はなし

小学校



- ・小学校男子においては、上体起こし・長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン・50m走・立ち幅とびの6種目で、調査開始当初より記録が上昇
- ・小学校女子においては、上体起こし・長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅とびの5種目で、調査開始当初より記録が上昇

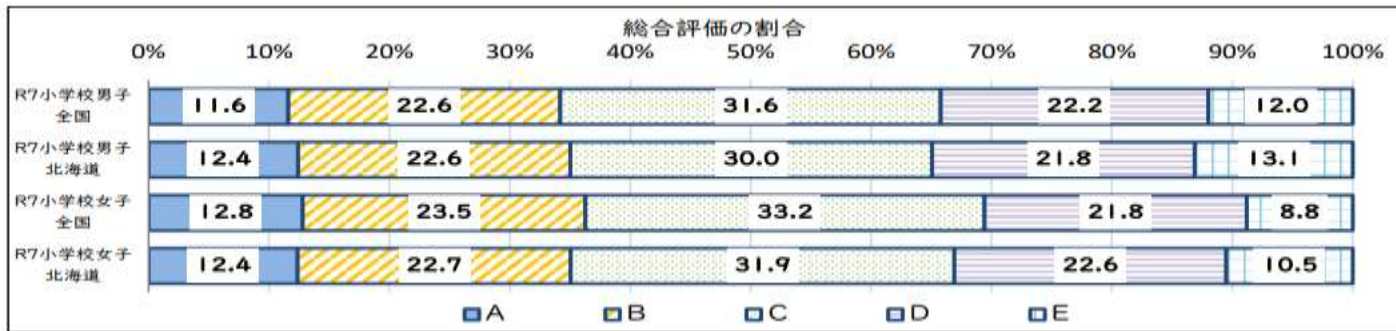
中学校



● : 北海道男子 ● : 全国男子
■ : 北海道女子 ■ : 全国女子

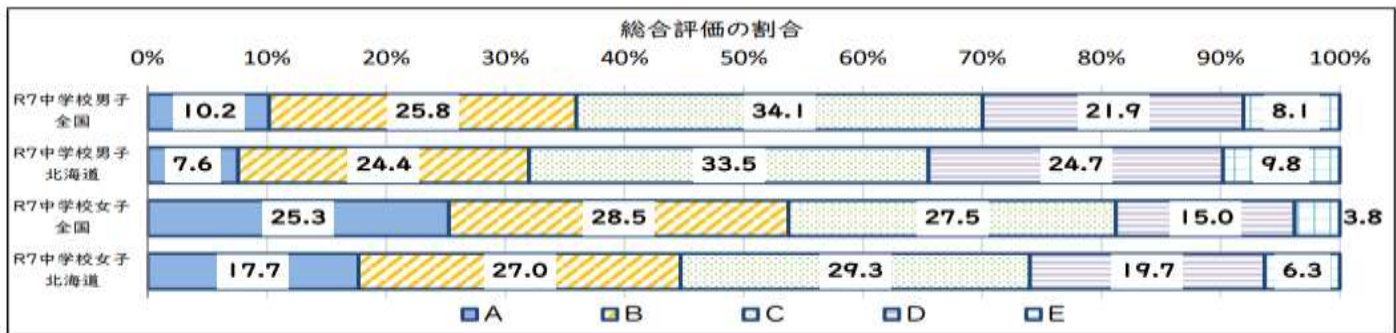
・中学校男子においては、長座体前屈・反復横とび・50m走・立ち幅とびの4種目で、調査開始当初より記録が上昇
 ・中学校女子においては、長座体前屈・反復横とび・立ち幅とびの3種目で、調査開始当初より記録が上昇

小学校



AB - DE層の全国との差の推移	
小学校男子の全国との差	小学校女子の全国との差
0.1	▲ 3.7

中学校



※ A B層（総合評価が高い層） - D E層（総合評価が低い層）の差を示している。

AB - DE層の全国との差の推移	
中学校男子の全国との差	中学校女子の全国との差
▲ 8.5	▲ 16.3

- ・小学校男子においては、全国と比較し、A層が多いものの、E層が多い
- ・小学校女子においては、全国と比較し、A～C層が少なく、D・E層が多い
- ・中学校男子においては、全国と比較し、A～C層が少なく、D・E層が多い
- ・中学校女子においては、全国と比較し、A・B層が少なく、C～E層が多い

分析 I

(6) 同一母集団の体力合計点総合評価の変化の状況

男子

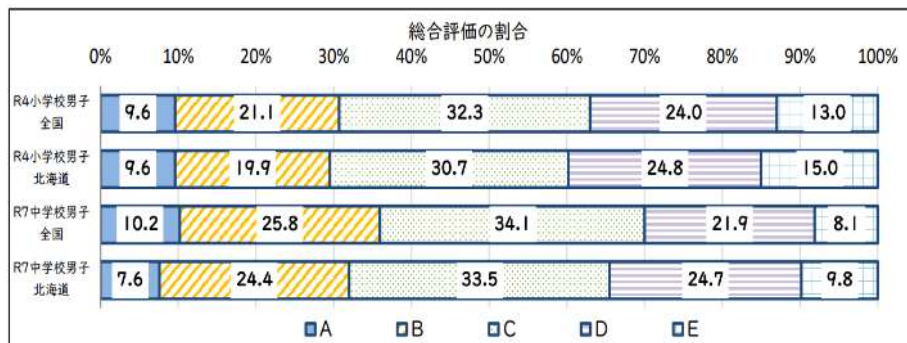
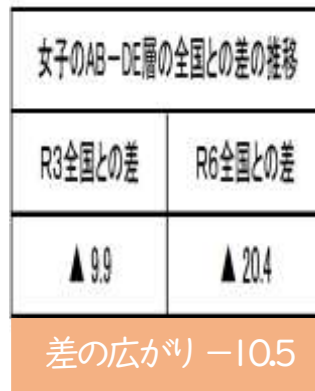
女子



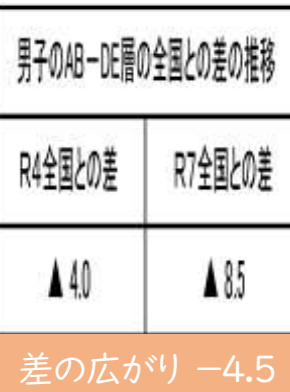
【R3とR6男子の体力合計点総合評価の比較】



【R3とR6女子の体力合計点総合評価の比較】



【R4とR7男子の体力合計点総合評価の比較】



【R4とR7女子の体力合計点総合評価の比較】



・本年度の男女ともに、昨年度と比較して、小学校時点から中学校時点にかけて、AB層-DE層の全国との差の広がりが縮小しており、総合評価が低い層の割合が減少

【分析1】のまとめ・体力向上に向けたポイント

- ☞ 令和6年度と比較し、体力合計点が上昇し、全国平均との差が縮小
- ☞ 全国平均との差については、悉皆(しっかい)による本調査開始以降で最小となり、特に小学校男子においては、全国平均と同等の水準に到達
- ☞ 小・中学校男女ともに、令和6年度と比較し、半数以上の種目で記録が上昇しているものの、中学校においては、全国平均を上回っている種目は、中学校男子の「握力」のみ
- ☞ 小・中学校男女ともに、コロナ禍を機に、各種目における記録の低下が見られ、一部の種目においては、記録の上昇は見られるものの、コロナ禍前の水準には未到達
- ☞ 小学校男女については、調査開始当初より、脚力を必要とする「50m走」や「20mシャトルラン」、筋持久力を必要とする「上体起こし」に課題が見られるものの、全国平均との差は縮小傾向
- ☞ 中学校男女については、調査開始当初と比較し、「反復横とび」や「20mシャトルラン」、「50m走」において、全国平均との差は縮まっているものの、その差が大きい
- ☞ 同一母集団の比較(R4小5 → R7中2)においては、全国平均との差が、小学校段階から中学校段階にかけて広がっているものの、令和6年度の集団と比較すると、その差の広がりは縮小しており、体力向上に向けた小学校と中学校の接続や、中学校における取組の改善・充実が図られたことが、要因の一つと推察

- 新体力テスト等のデータを効果的に活用して、自校の児童生徒の体力・運動能力の状況を的確に把握するとともに、課題の解決につながる運動を、体育・保健体育の授業等において意図的・計画的に設定
- キャリアパスポートなどを活用して、小学校から中学校への接続を円滑に進めたり、中学校区内の状況に応じた効果的な取組について協議する機会を設定したりするなど、小・中学校が連携した体力向上の取組を充実

テーマ分析2

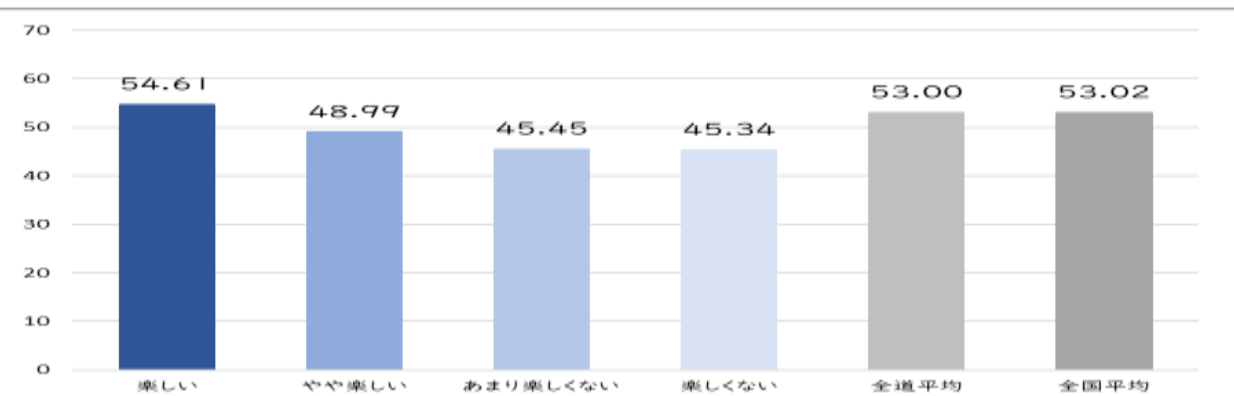
体力向上に向けた 体育・保健体育の 授業改善

ここでは、体力合計点と質問調査の結果などから、体力合計点と教師の手立ての関係や、教師の手立てと体育授業に対する愛好的態度との関係、質問調査項目同士の関係から見える体育の授業改善に向けた教師の手立てについて分析している。

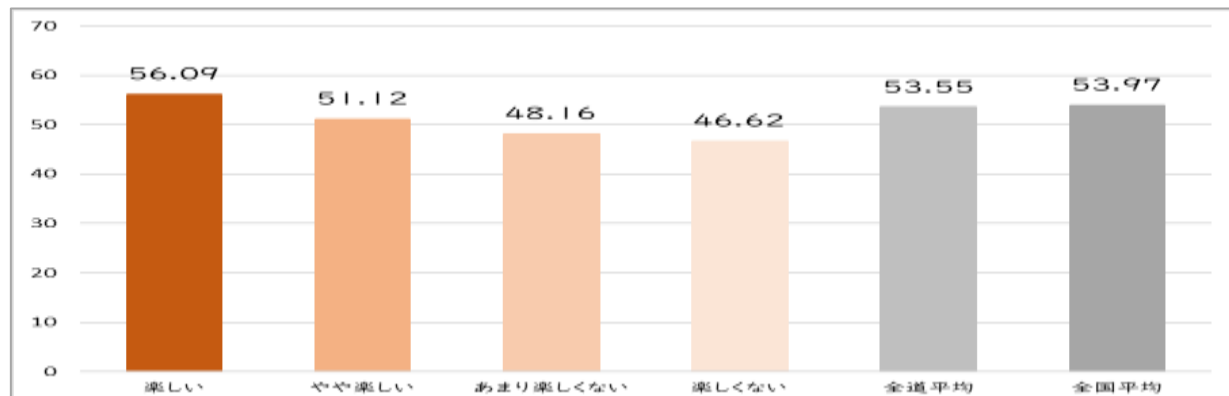
分析2

(1-1) 体力合計点×体育・保健体育の授業は楽しい

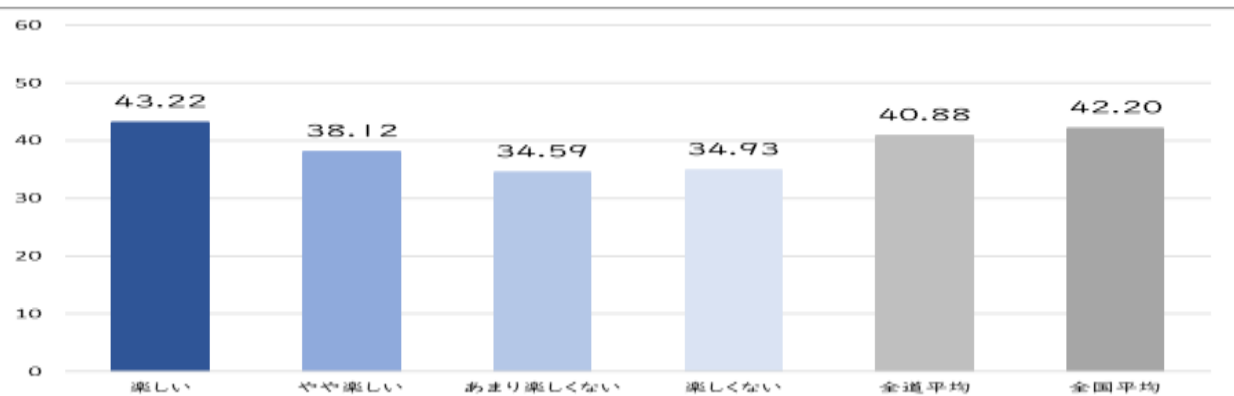
小学校男子



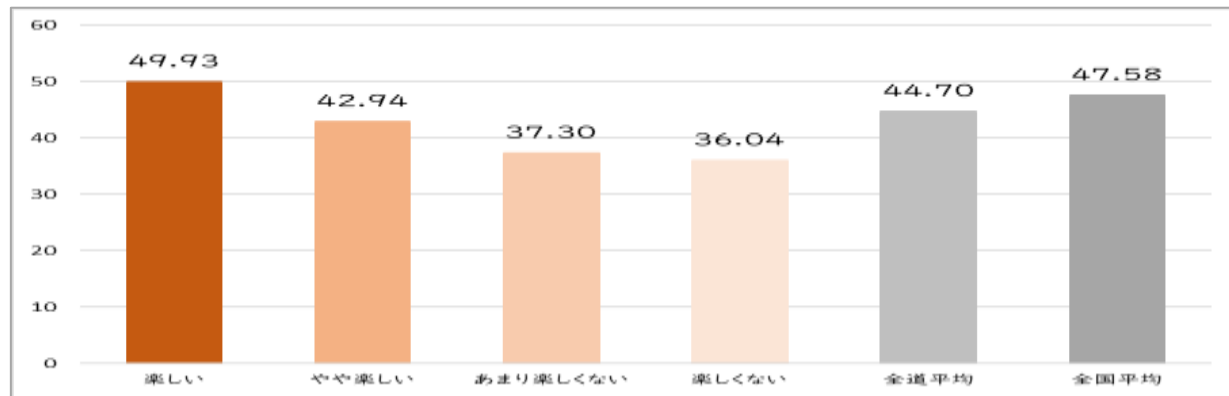
小学校女子



中学校男子



中学校女子



・「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答している児童生徒ほど、体力合計点が高い

分析2

(1-2) 体力合計点総合評価×体育・保健体育の授業は楽しい

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

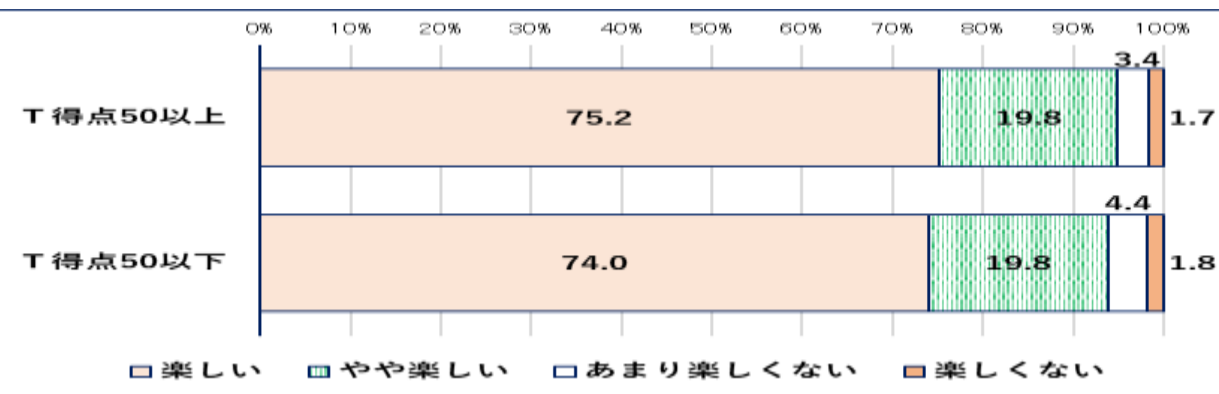


・「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答している児童生徒ほど、体力合計点総合評価のA・B層の割合が高く、D・E層の割合が低い

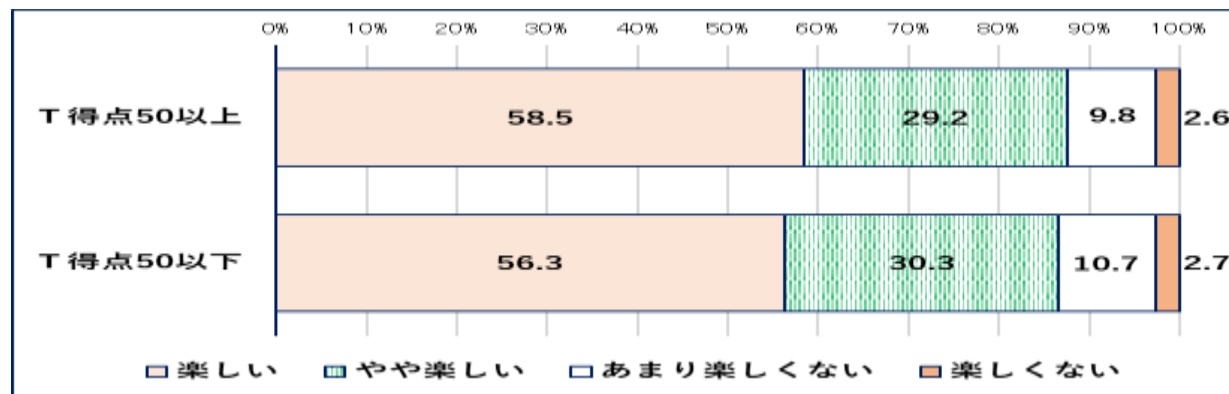
分析2

(1-3) 体力合計点T得点×体育・保健体育の授業は楽しい

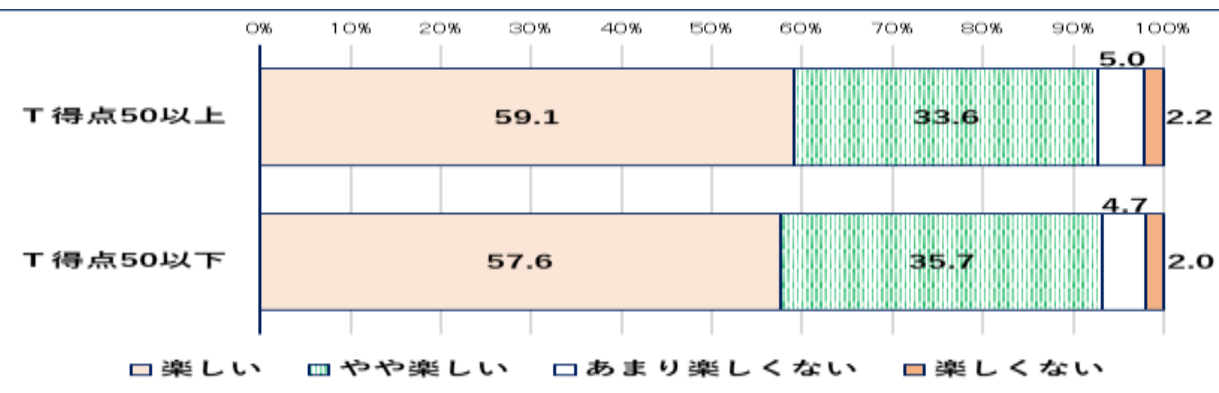
小学校男子



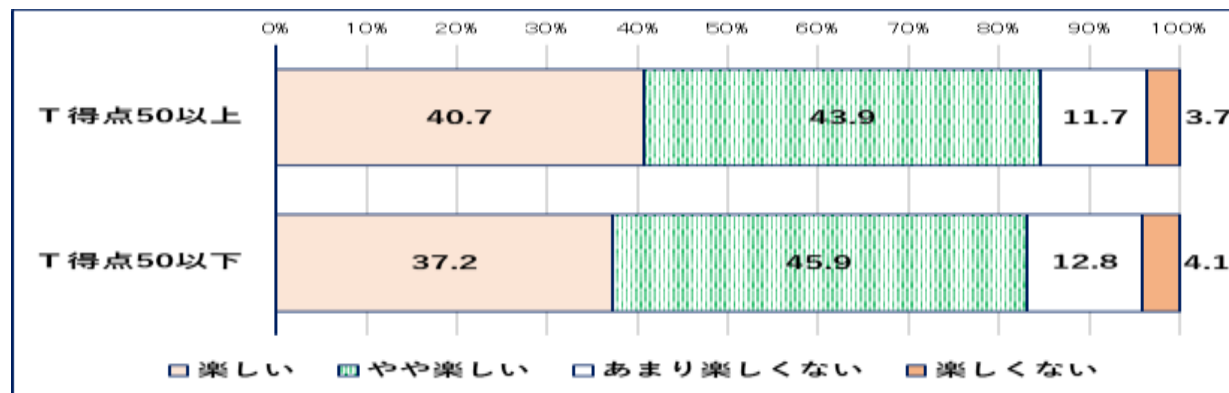
小学校女子



中学校男子



中学校女子



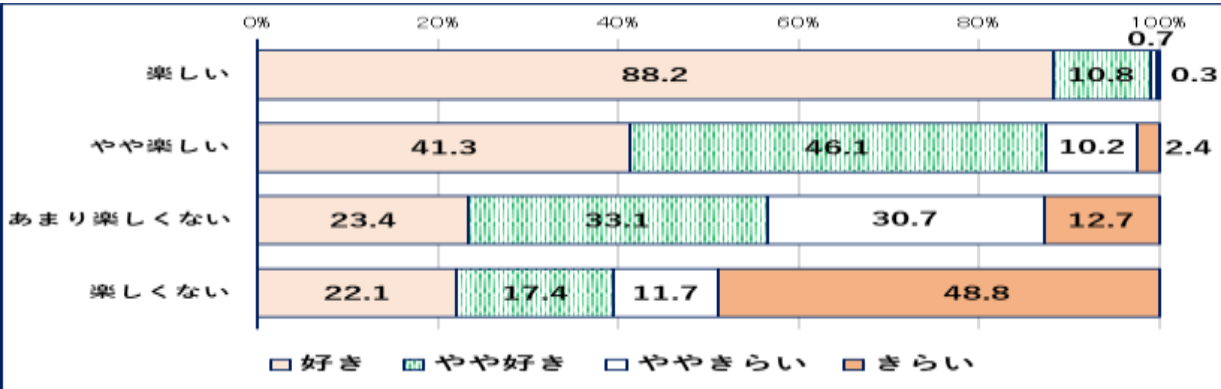
・小・中学校男女ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「体育・保健体育の授業は楽しい」と実感している児童生徒の割合が高い

分析2

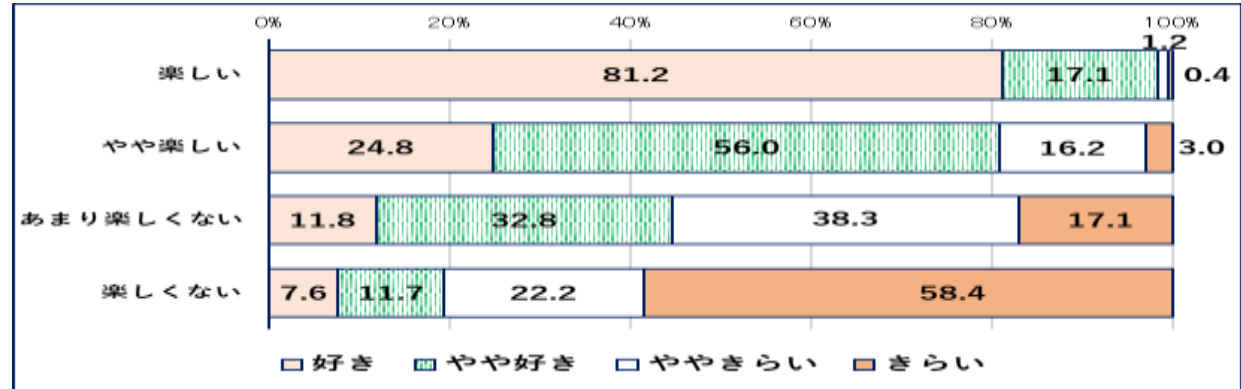
(1-4) 体育・保健体育の授業は 楽しい

× 運動やスポーツをすることが好き

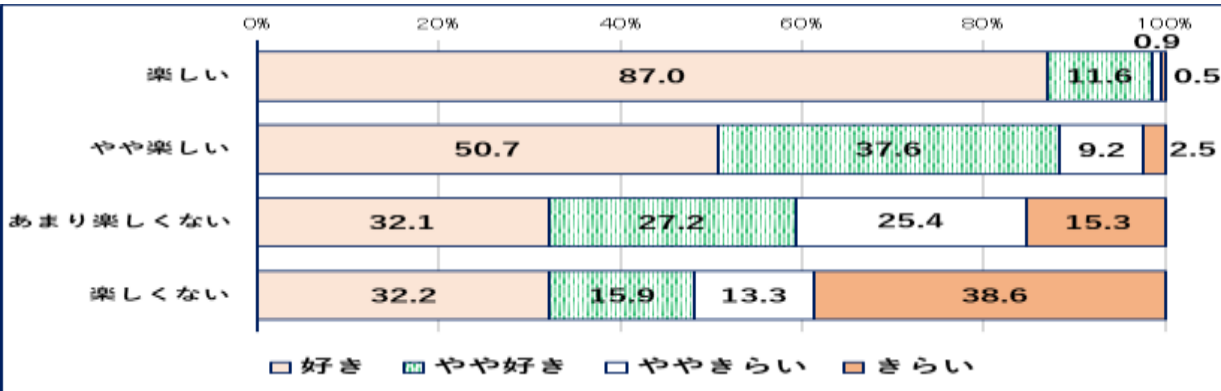
小学校男子



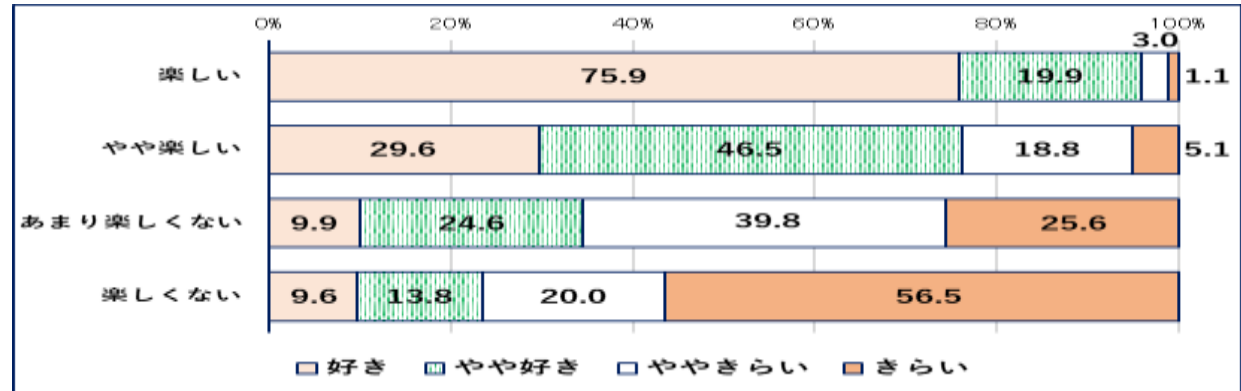
小学校女子



中学校男子



中学校女子

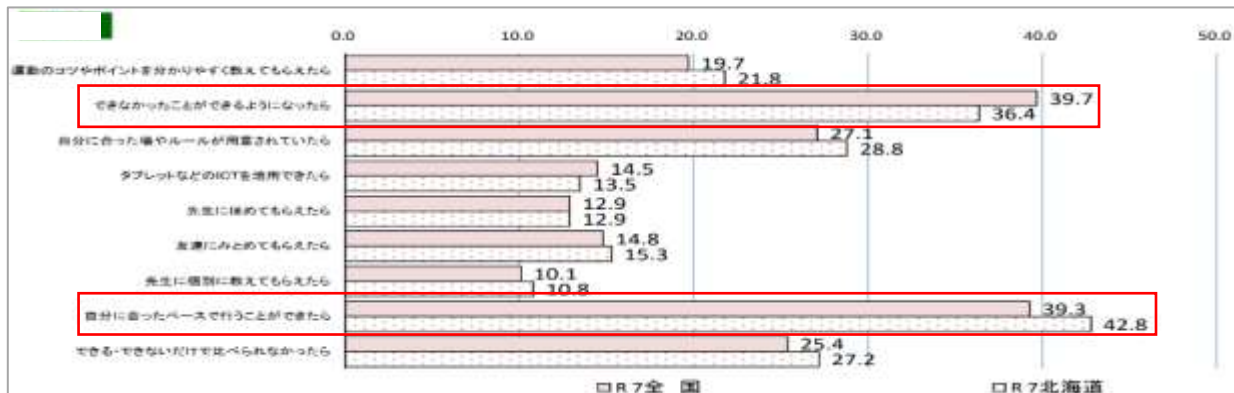


・「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答している児童生徒ほど、「運動やスポーツをすることが好き」と回答している児童生徒の割合が高い

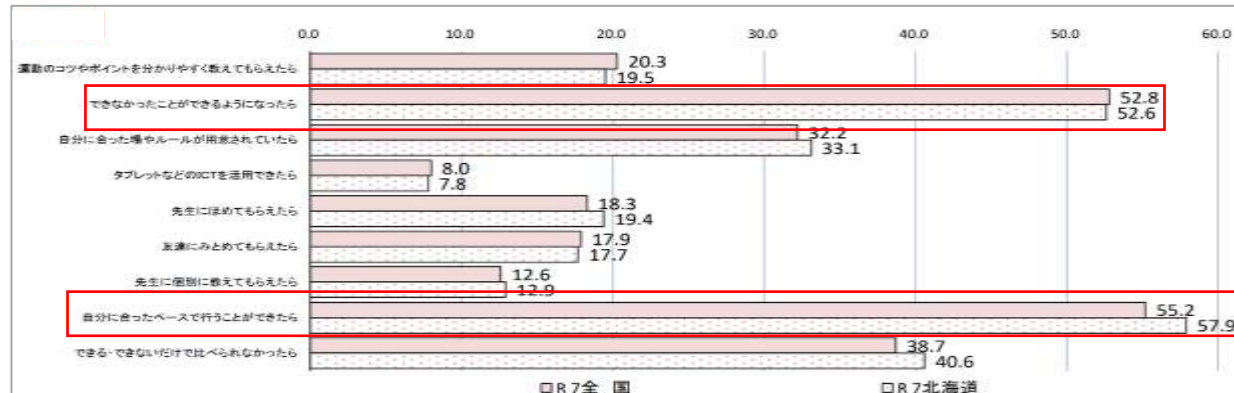
分析2

(1-5) 体育・保健体育の授業が「あまり楽しくない」、「楽しくない」
 × 今後どのようなことがあれば、今より授業が楽しくなると思うか

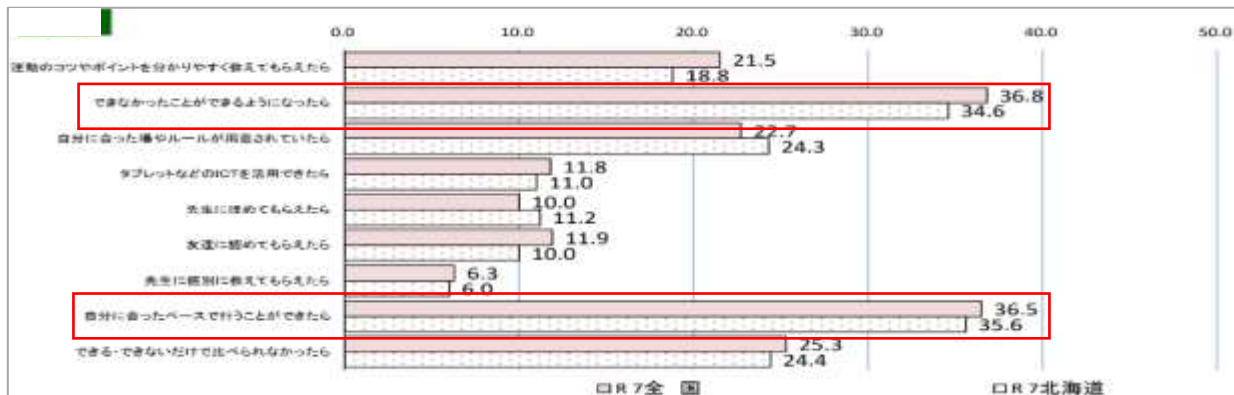
小学校男子



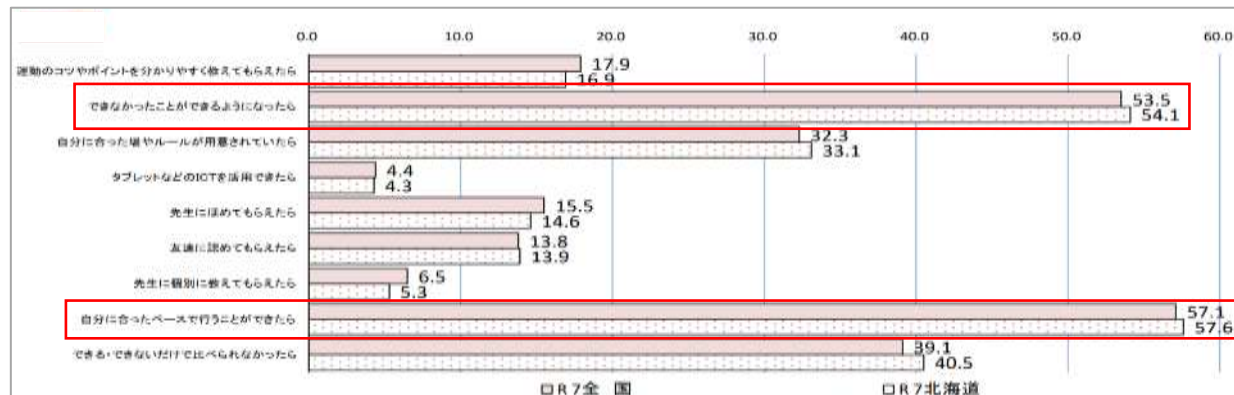
小学校女子



中学校男子



中学校女子

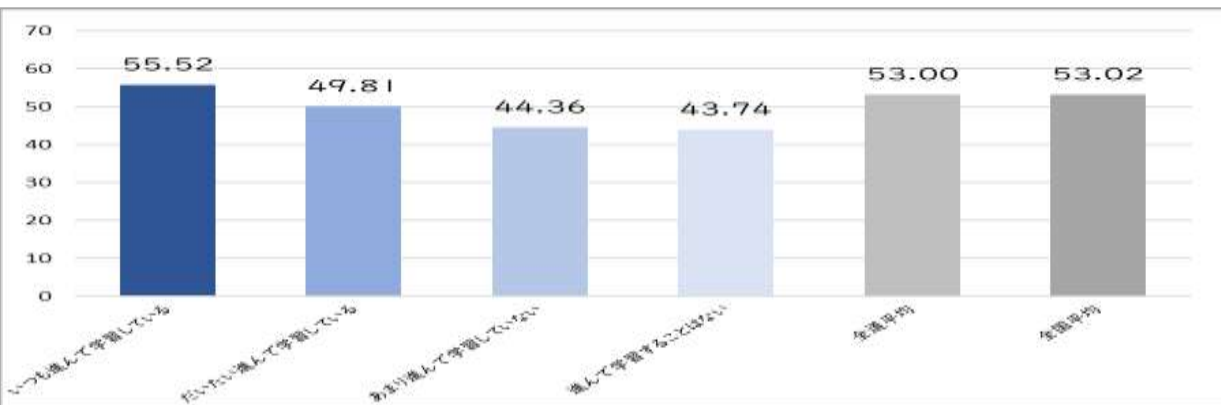


・「体育・保健体育の授業が『あまり楽しくない』、『楽しくない』」と回答している児童生徒は、「できなかったことができるようになったら」、「自分に合ったペースで行うことができたなら」今より授業が楽しくなると回答している割合が高い

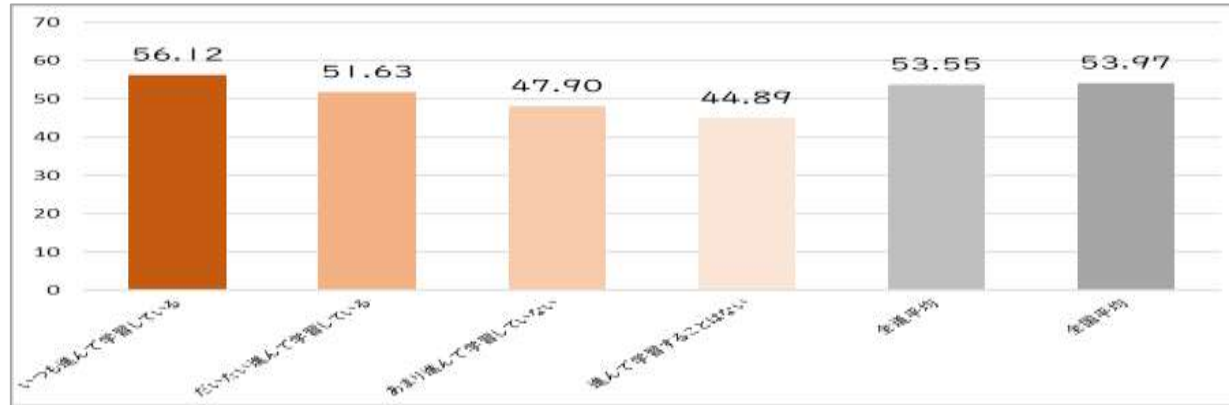
分析2

(2-1) 体力合計点 × 進んで体育・保健体育の学習に参加している

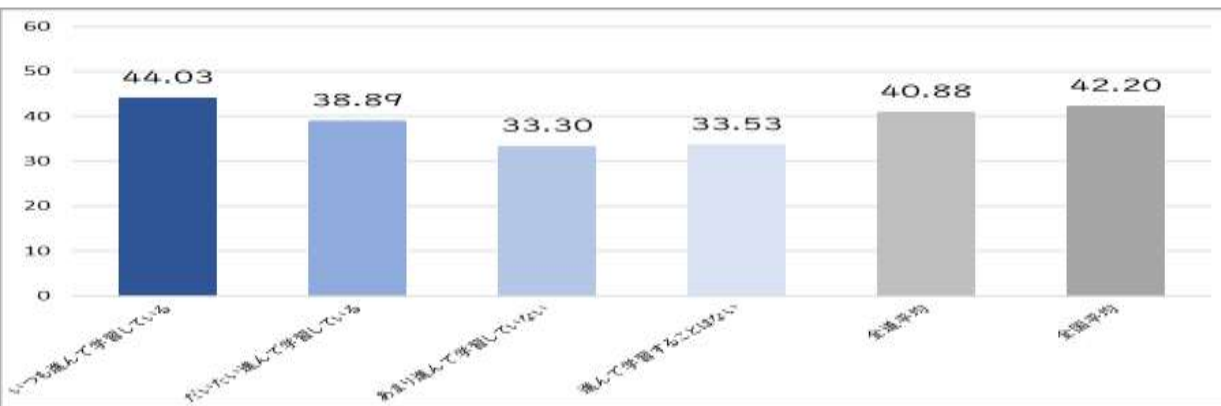
小学校男子



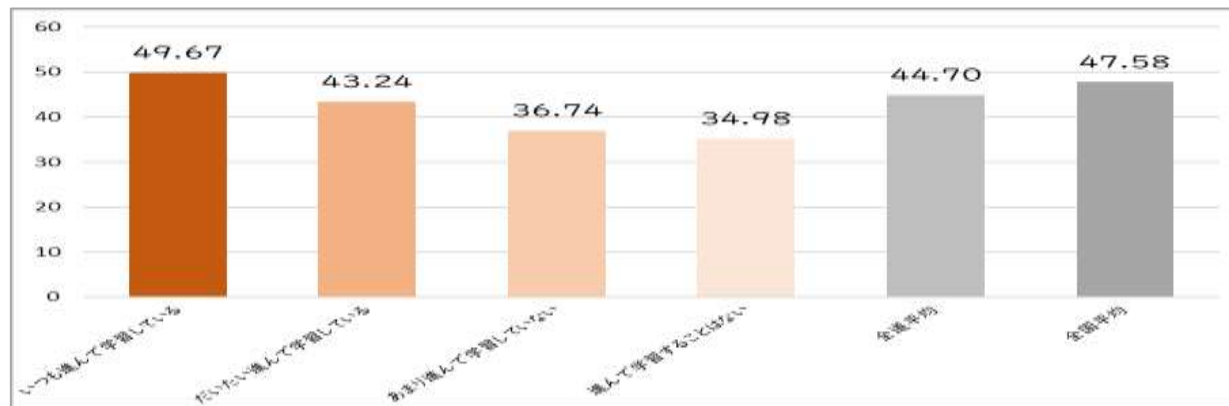
小学校女子



中学校男子



中学校女子



・「進んで体育・保健体育の授業に参加している」と回答している児童生徒ほど、体力合計点が高い

分析2

(2-2) 体力合計点総合評価 × 進んで体育・保健体育の学習に参加している

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

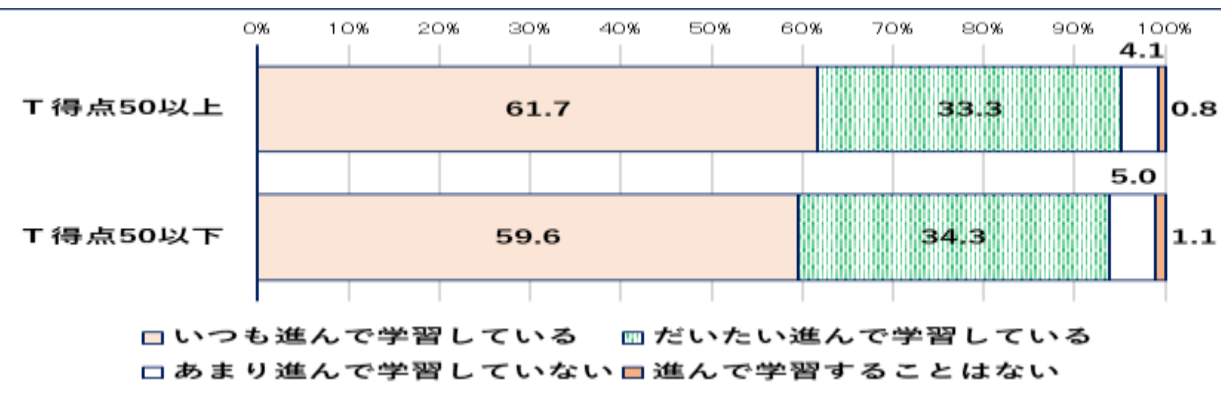


・「進んで体育・保健体育の授業に参加している」と回答している児童生徒ほど、体力合計点総合評価のA・B層の割合が高く、D・E層の割合が低い

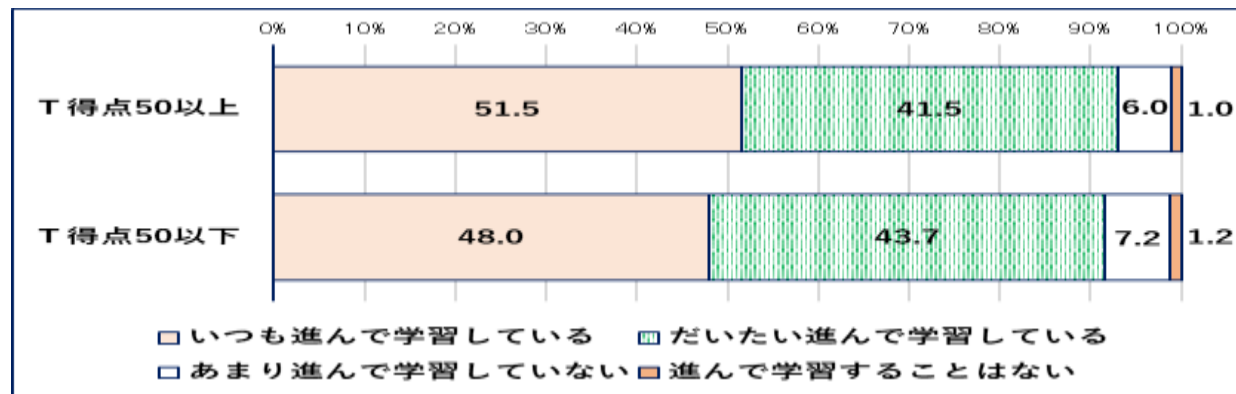
分析2

(2-3) 体力合計点T得点 × 進んで体育・保健体育の学習に参加している

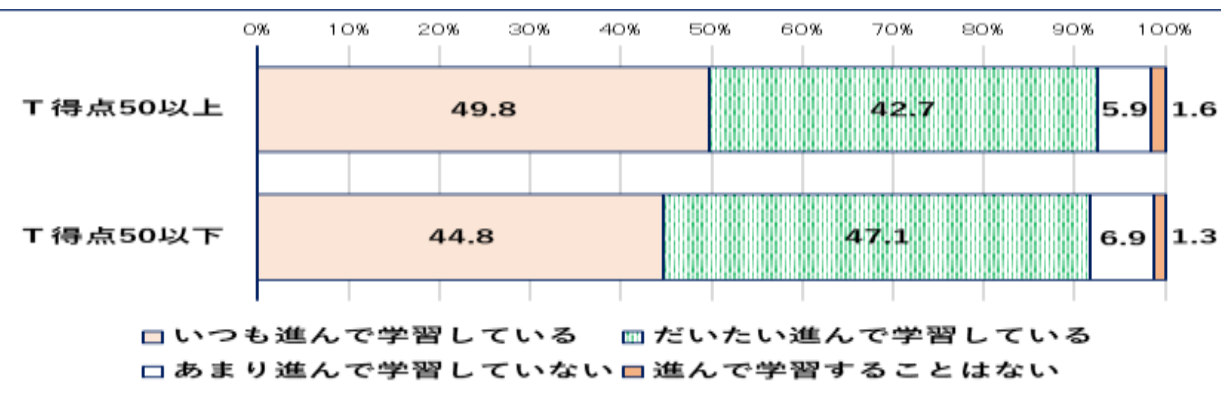
小学校男子



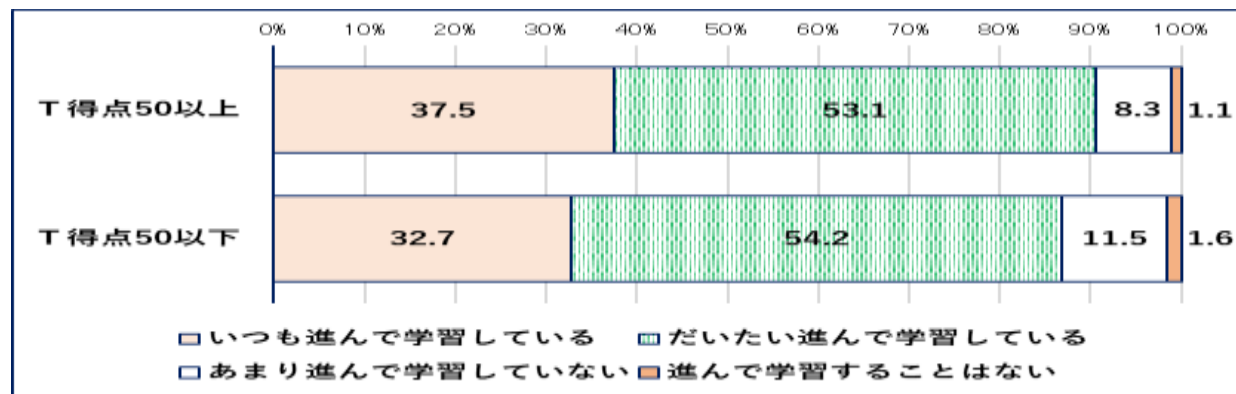
小学校女子



中学校男子



中学校女子

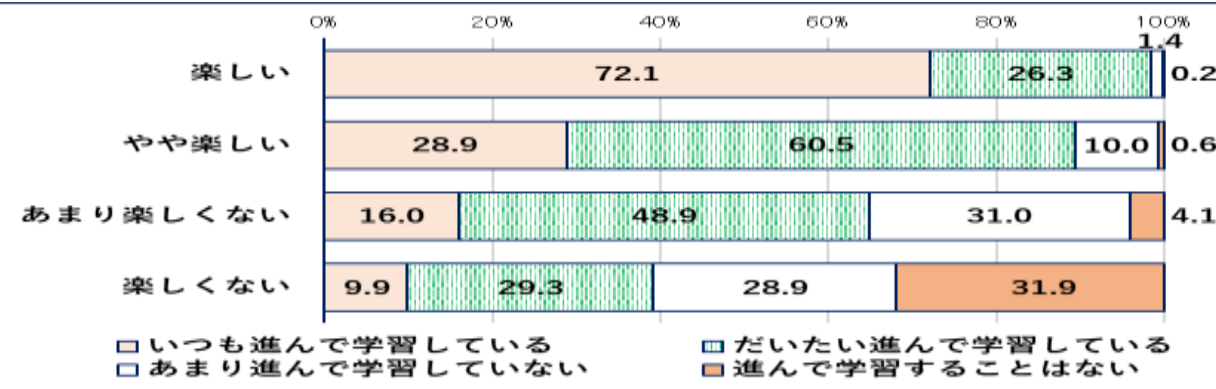


・小・中学校男女ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「進んで体育・保健体育の学習に参加している」と回答している児童生徒の割合が高い

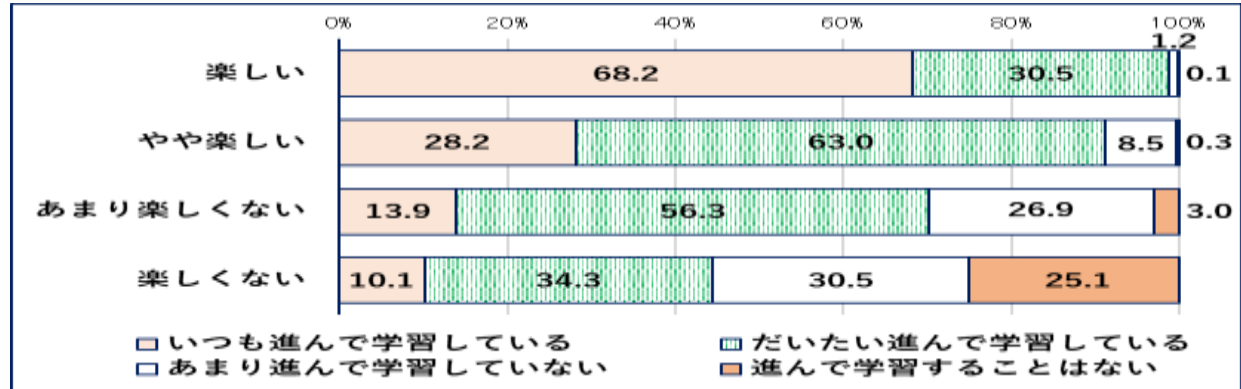
分析2

(2-4) 体育・保健体育の授業は \times 進んで体育・保健体育の学習に参加している
 楽しい

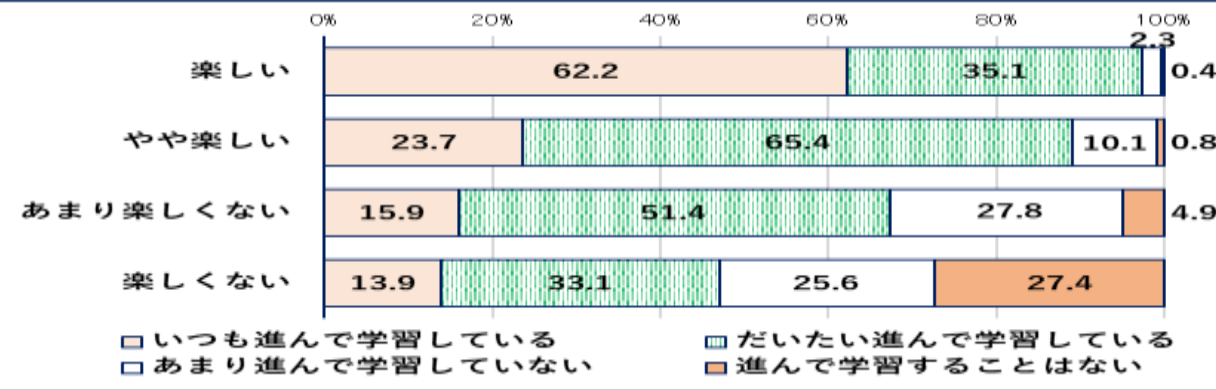
小学校男子



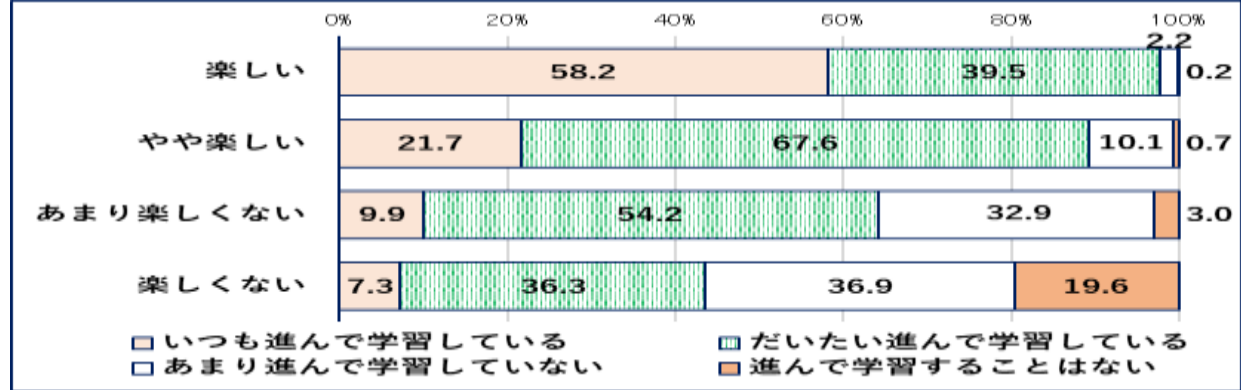
小学校女子



中学校男子



中学校女子



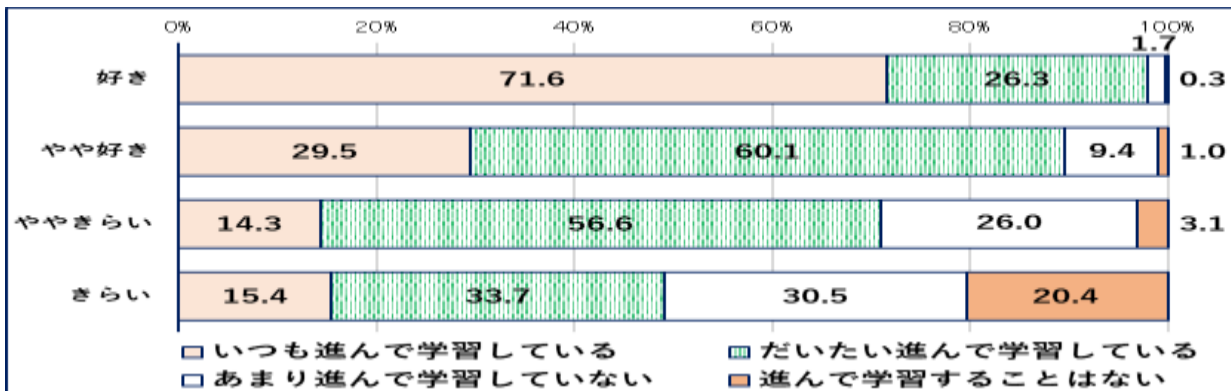
・小・中学校男女ともに、「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答している児童生徒ほど、「進んで体育・保健体育の学習に参加している」と回答している割合が高い

分析2

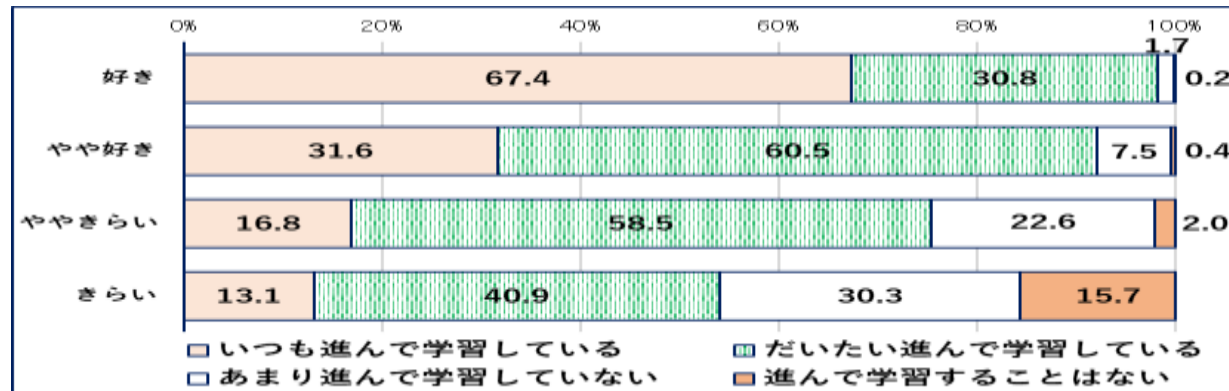
(2-5) 運動やスポーツをすることが好き ×

進んで体育・保健体育の学習に参加している

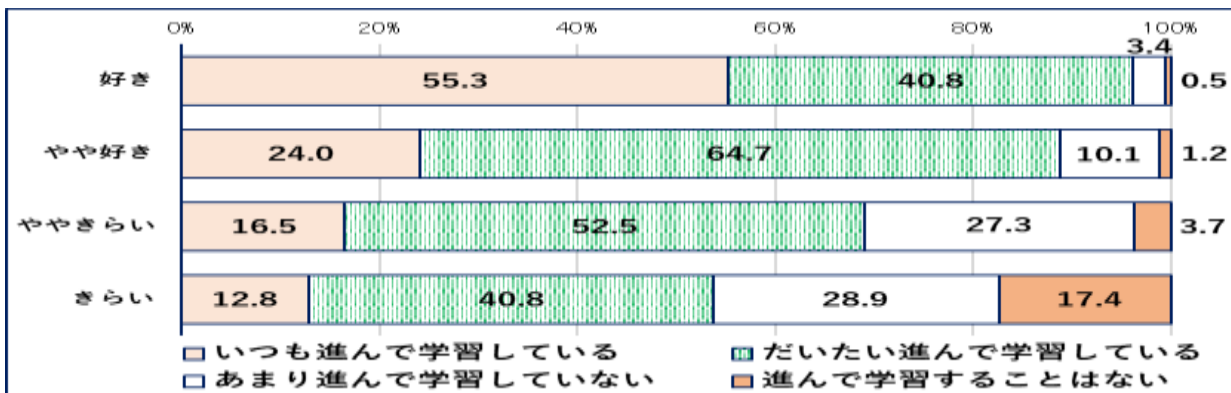
小学校男子



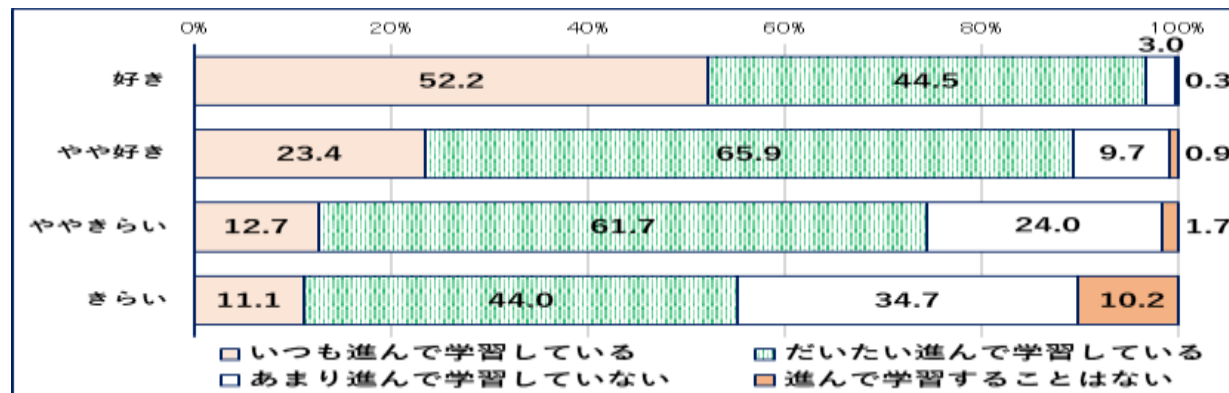
小学校女子



中学校男子



中学校女子

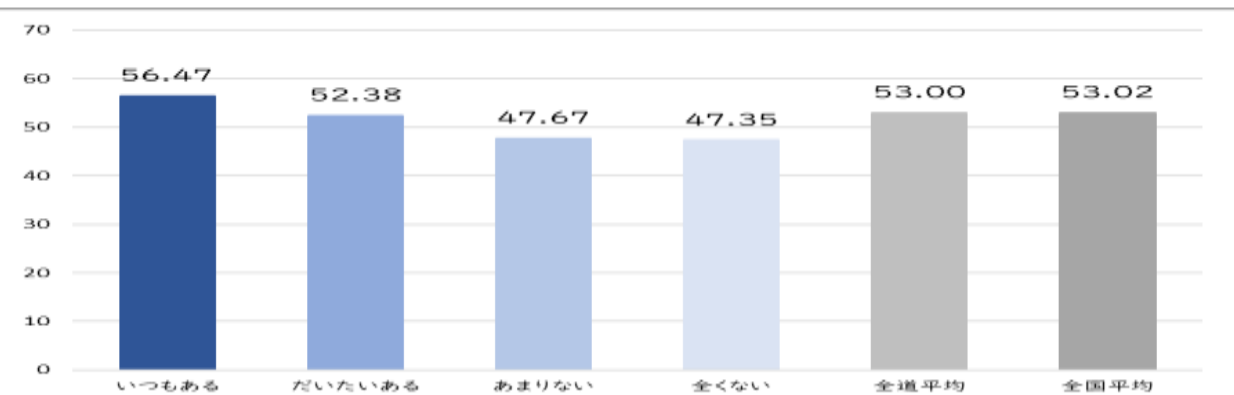


・「運動やスポーツをすることが好き」と回答している児童生徒ほど、「進んで体育・保健体育の学習に参加している」と回答している割合が高い

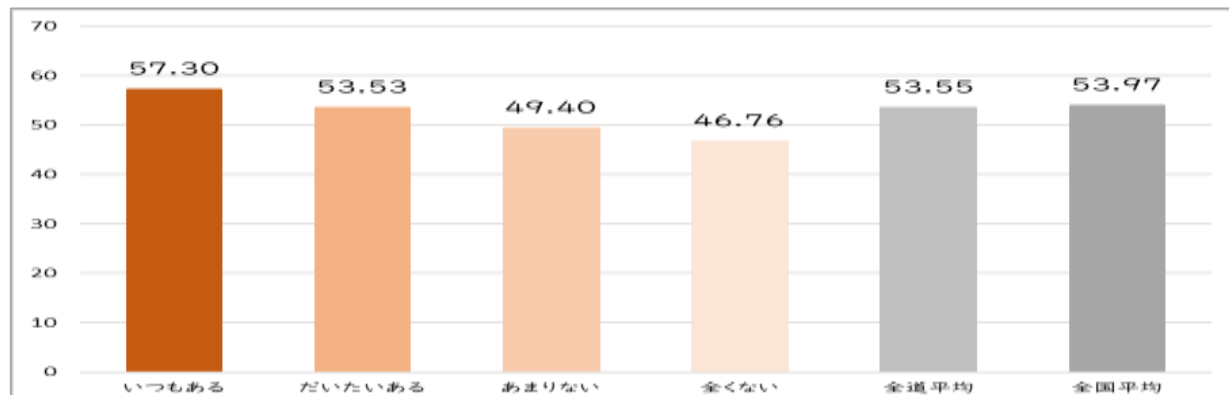
分析2

(3-1) 体力合計点 × 目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがある

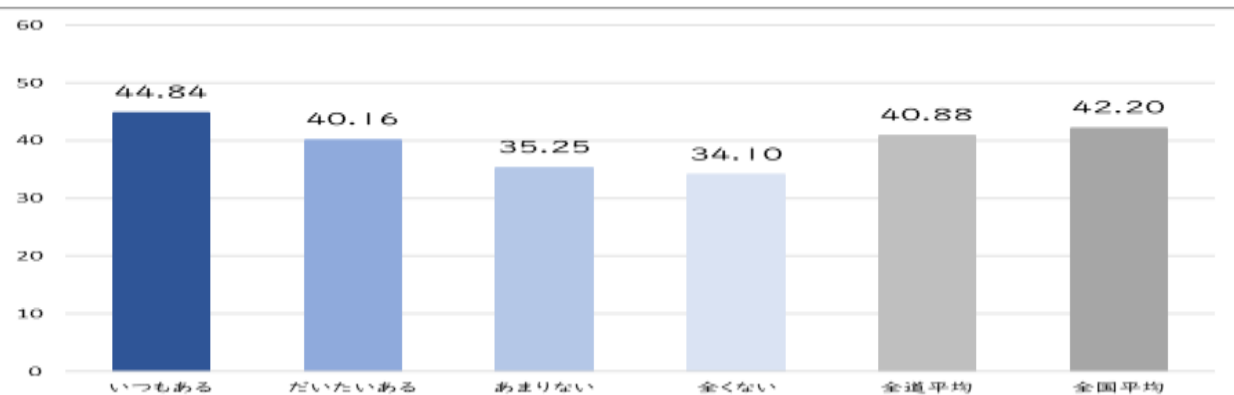
小学校男子



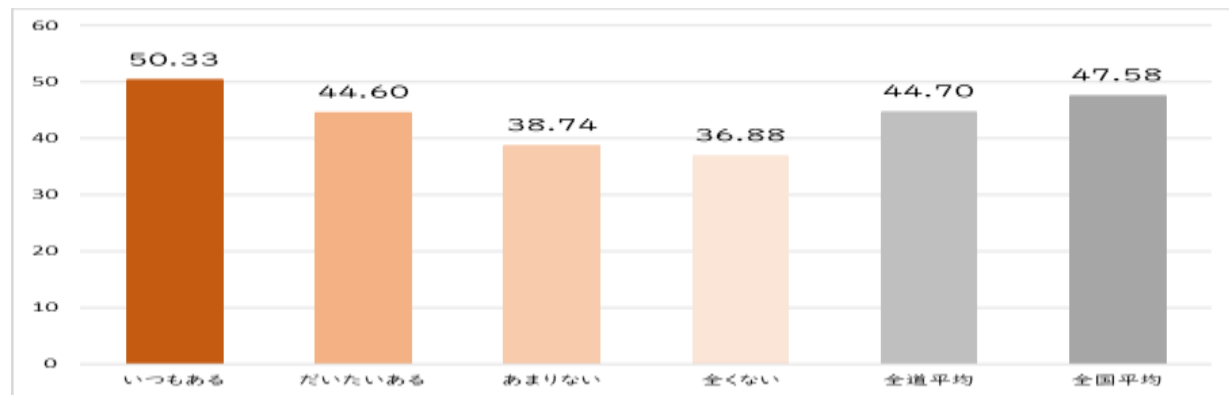
小学校女子



中学校男子



中学校女子



・小・中学校男女ともに、「目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している児童生徒ほど、体力合計点が高い

分析2

(3-2) 体力合計点総合評価×目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがある

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

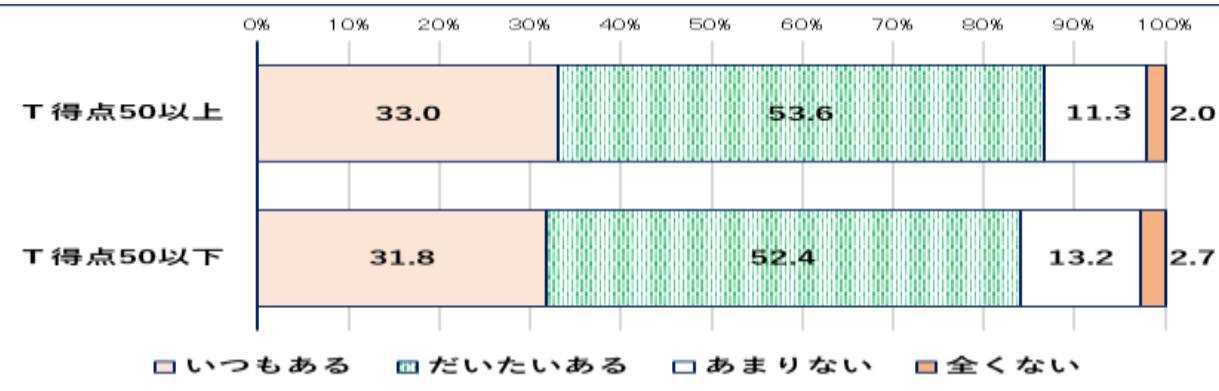


・「目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している児童生徒ほど、体力合計点総合評価のA・B層の割合が高く、D・E層の割合が低い

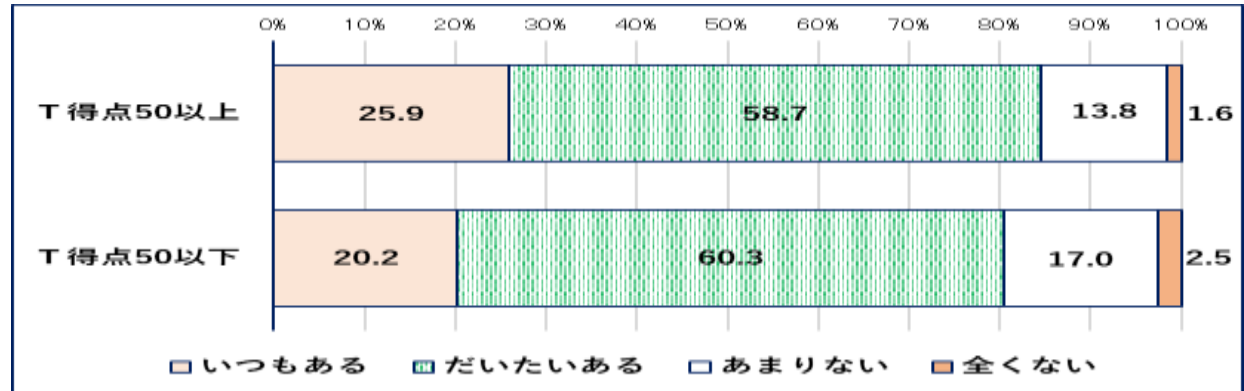
分析2

(3-3) 体力合計点T得点 × 目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがある

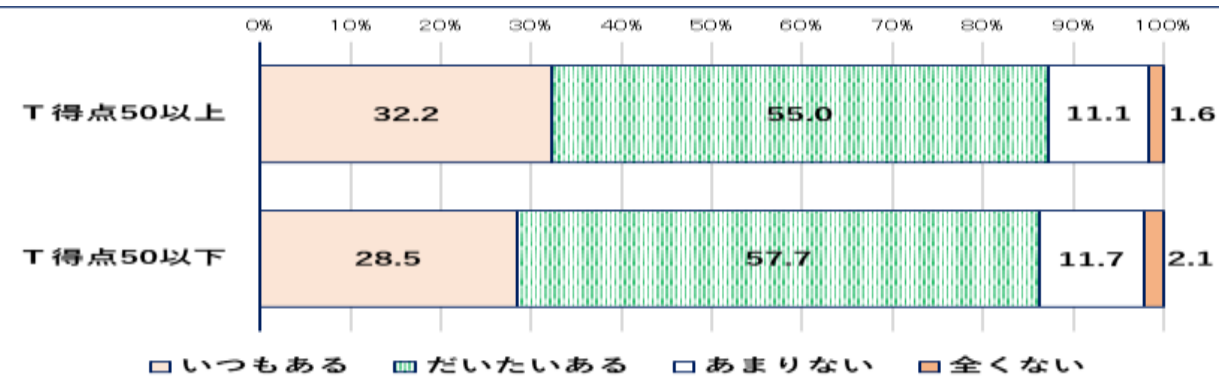
小学校男子



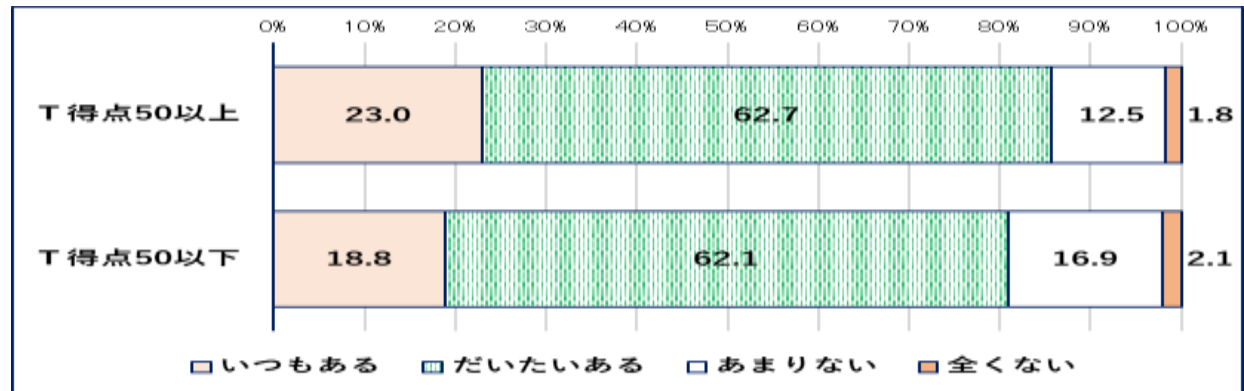
小学校女子



中学校男子



中学校女子

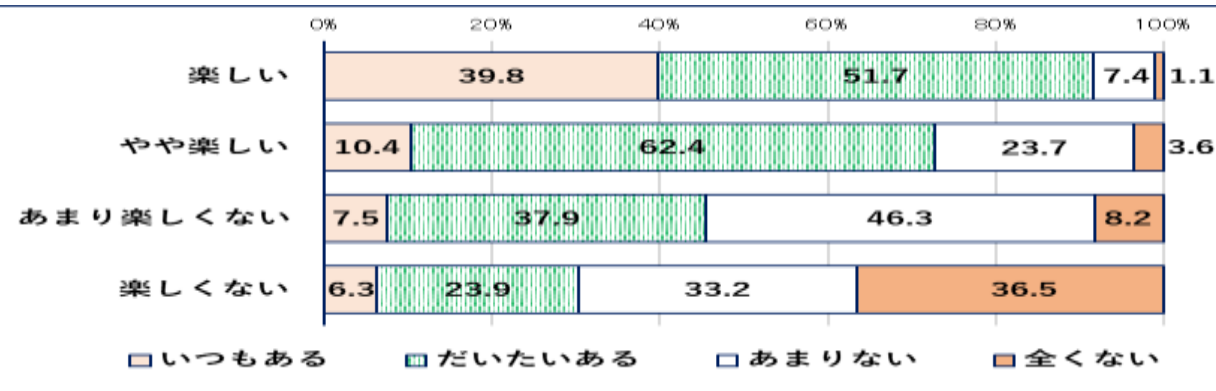


・小・中学校男女ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している児童生徒の割合が高い

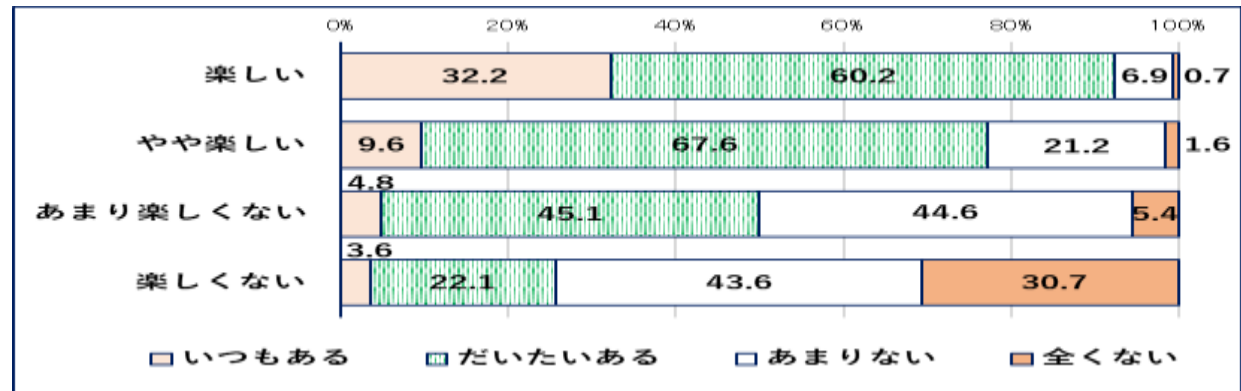
分析2

(3-4) 体育・保健体育の授業 × 目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがあるは楽しい

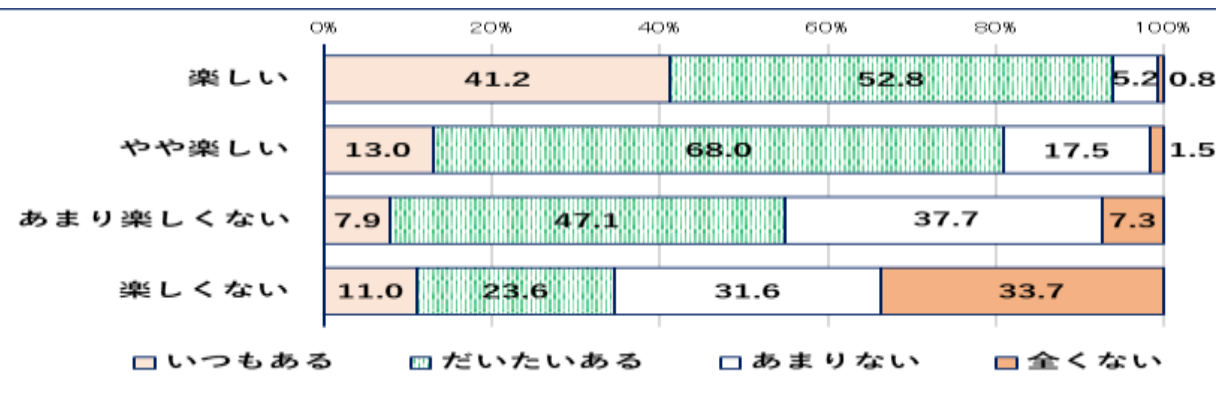
小学校男子



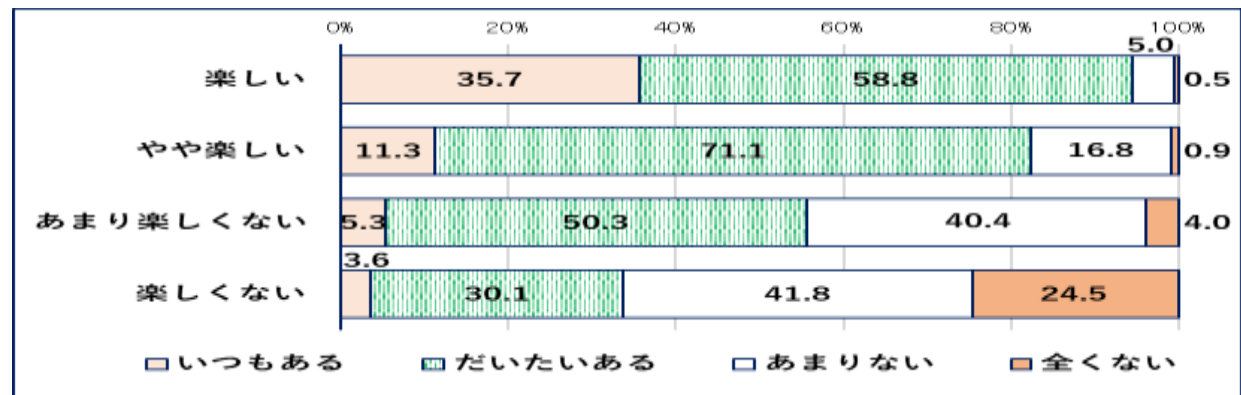
小学校女子



中学校男子



中学校女子

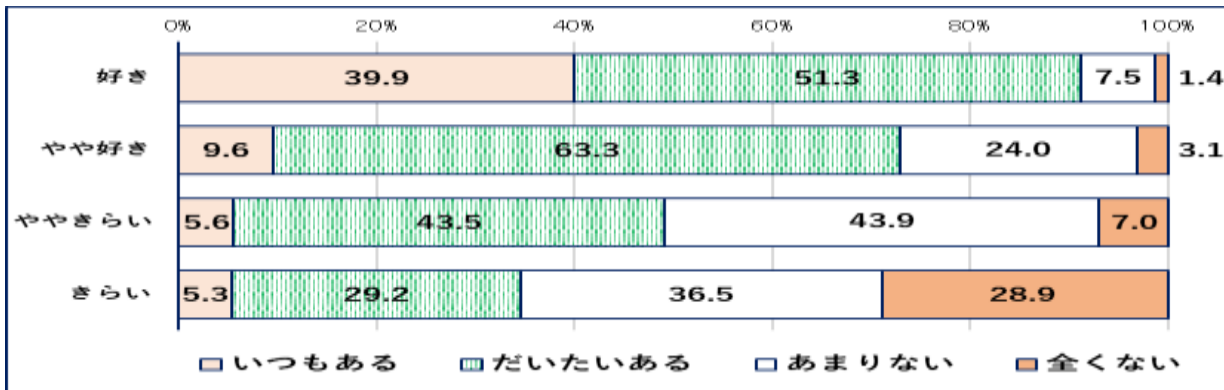


・「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答している児童生徒ほど、「目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している割合が高い

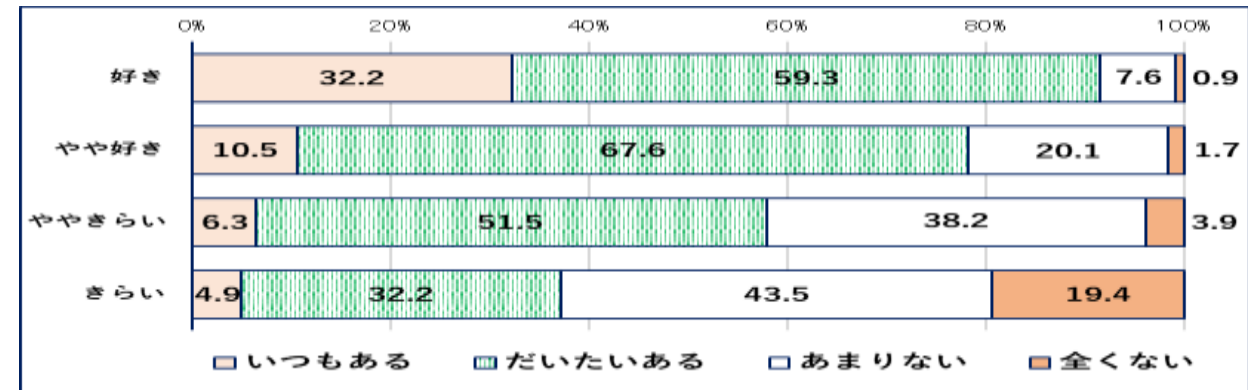
分析2

(3-5) 運動やスポーツをすることが好き × 目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがある

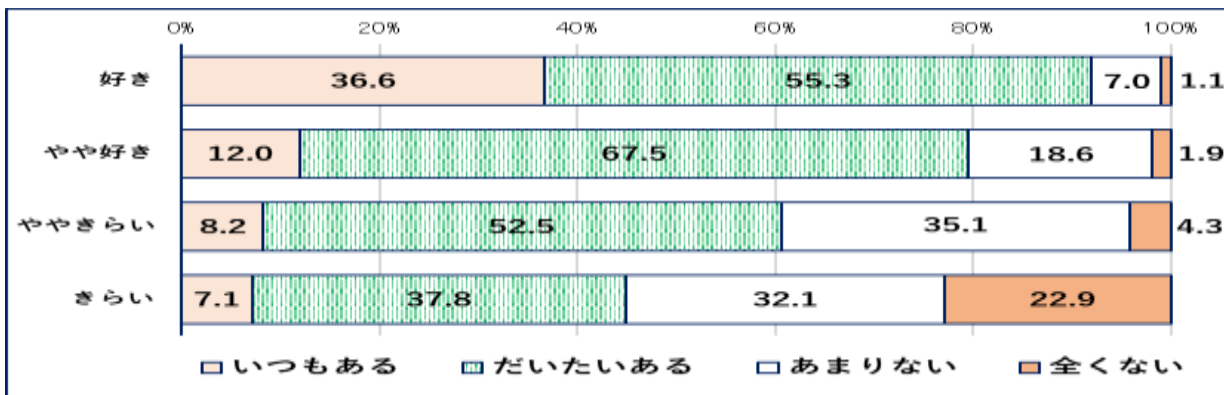
小学校男子



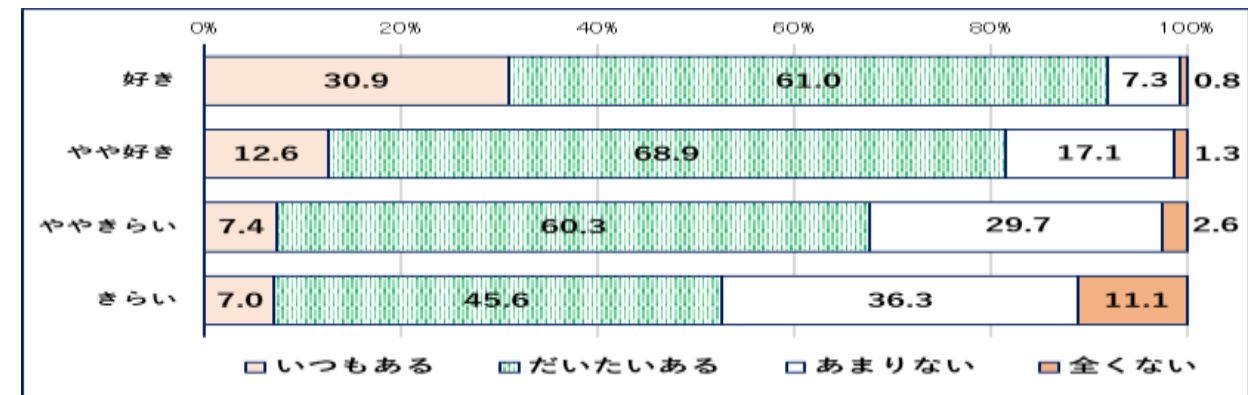
小学校女子



中学校男子



中学校女子

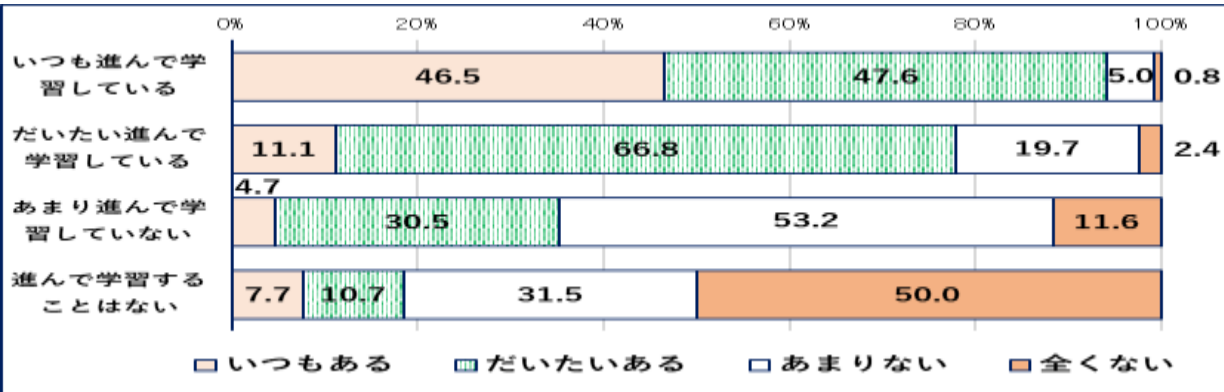


・小・中学校男女ともに、「運動やスポーツをすることが好き」と回答している児童生徒ほど、「目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している割合が高い

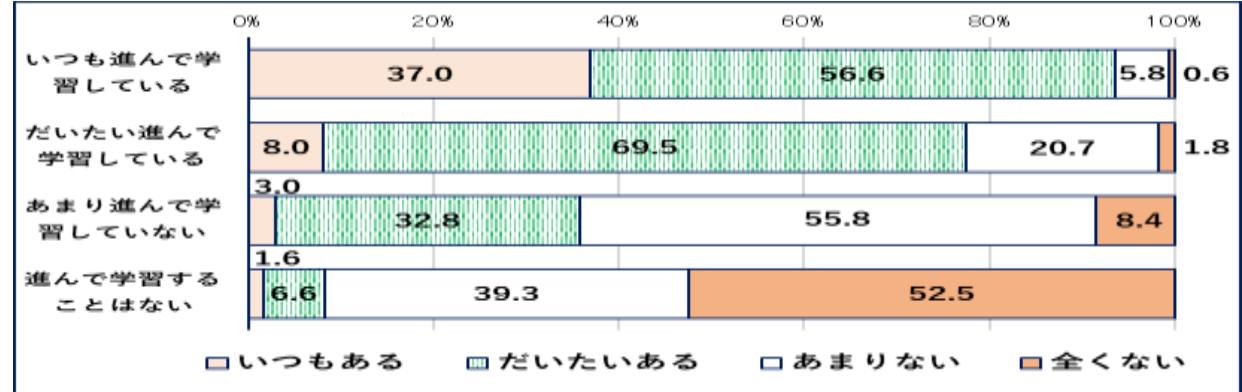
分析2

(3-6) 進んで体育・保健体育の学習に参加している × 目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがある

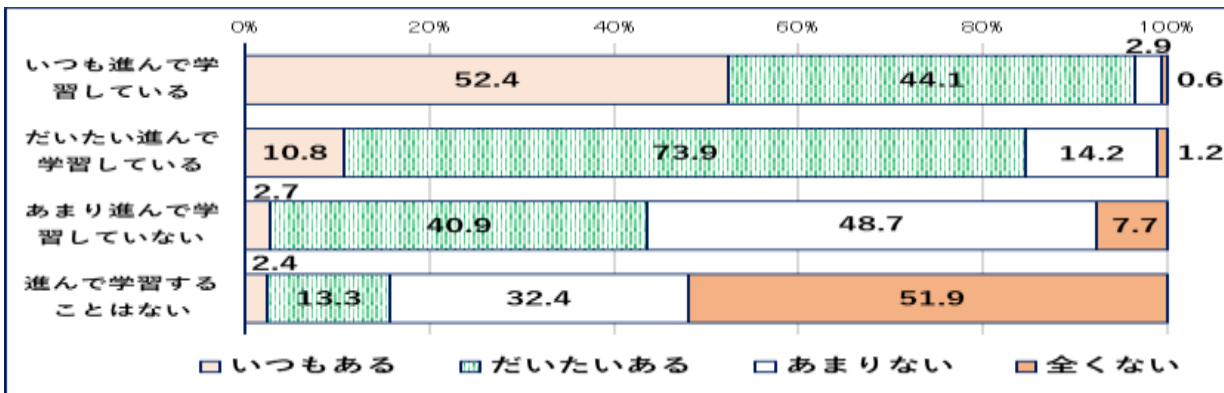
小学校男子



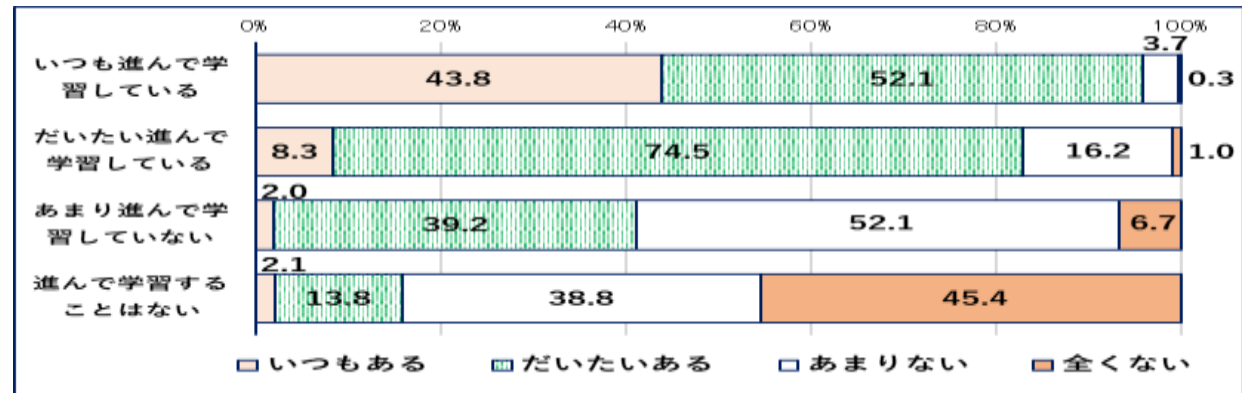
小学校女子



中学校男子



中学校女子

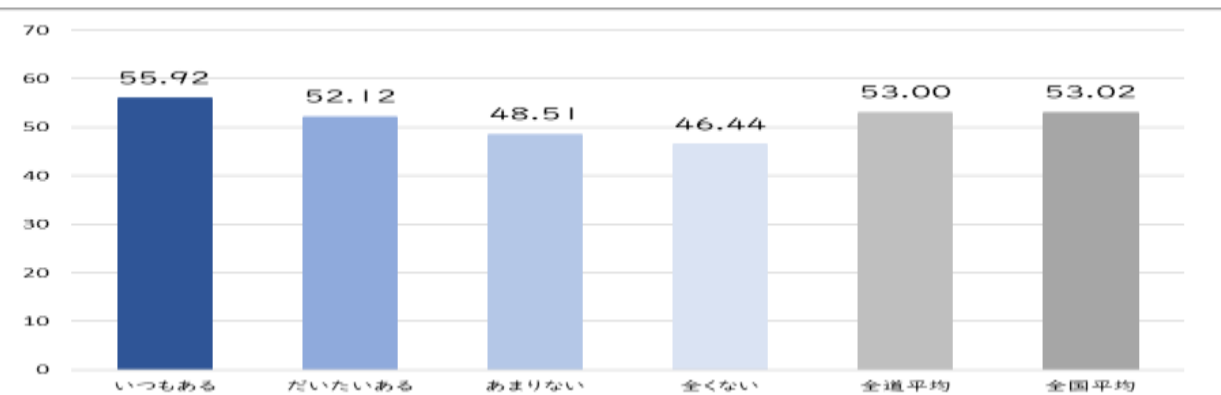


・「進んで体育・保健体育の学習に参加している」と回答している児童生徒ほど、「目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している割合が高い

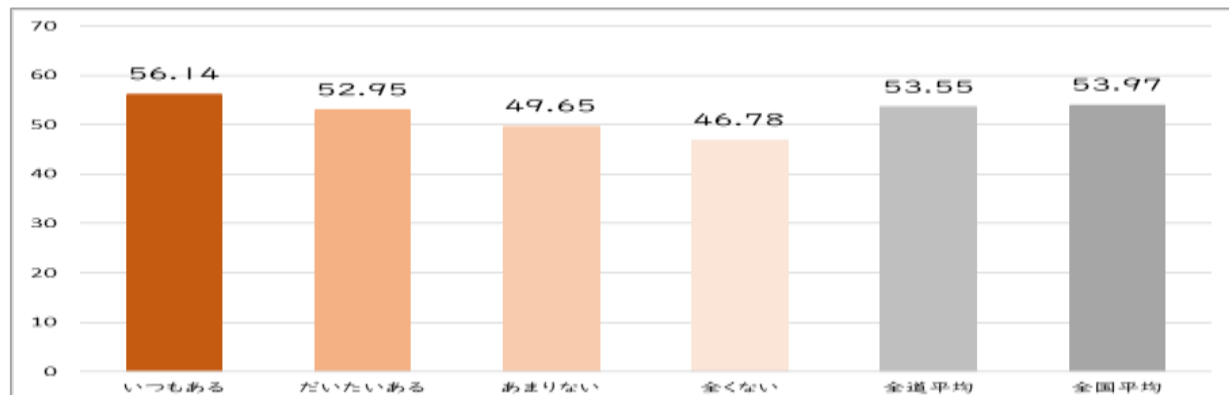
分析2

(4-1) 体力合計点 × 友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがある

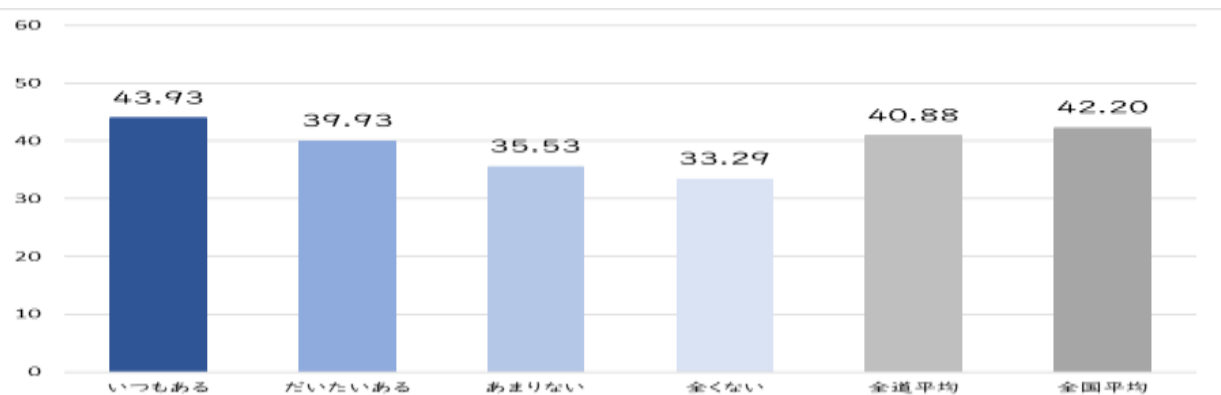
小学校男子



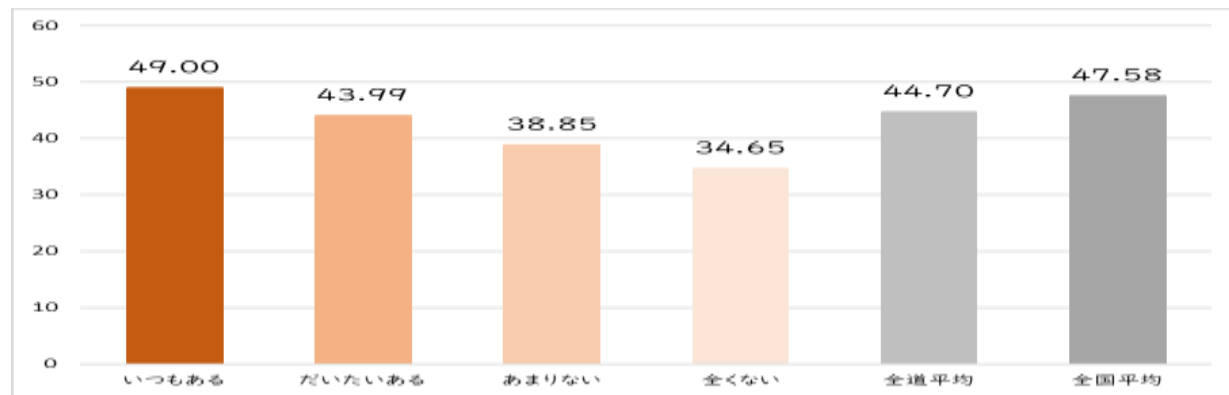
小学校女子



中学校男子



中学校女子



・小・中学校男女ともに、「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している児童生徒ほど、体力合計点が高い

分析2

(4-2) 体力合計点総合評価 ×

友達と助け合ったり、教え合ったりして、学習することで、「できたり、わかったり」することがある

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

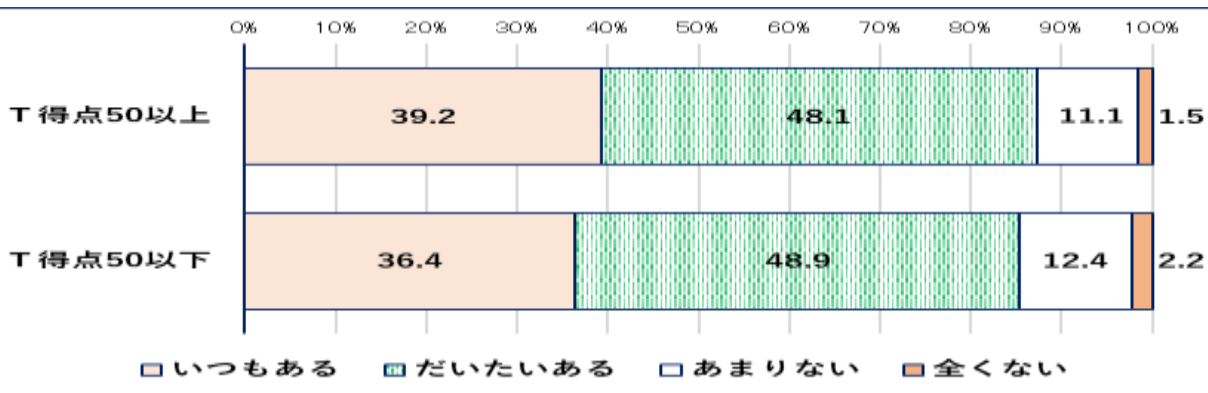


・「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している児童生徒ほど、体力合計点総合評価のA・B層の割合が高く、D・E層の割合が低い

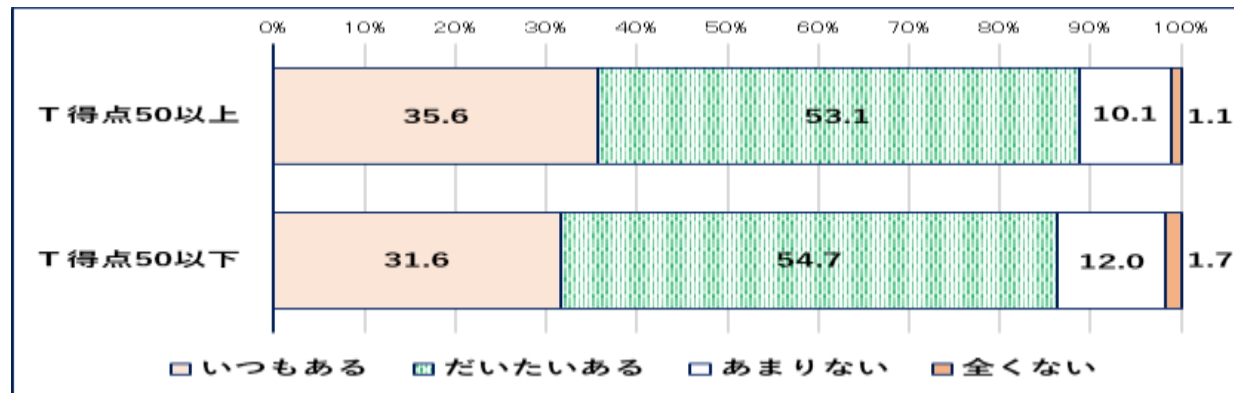
分析2

(4-3) 体力合計点T得点×友達と助け合ったり、教え合ったりして、学習することで、「できたり、わかったり」することがある

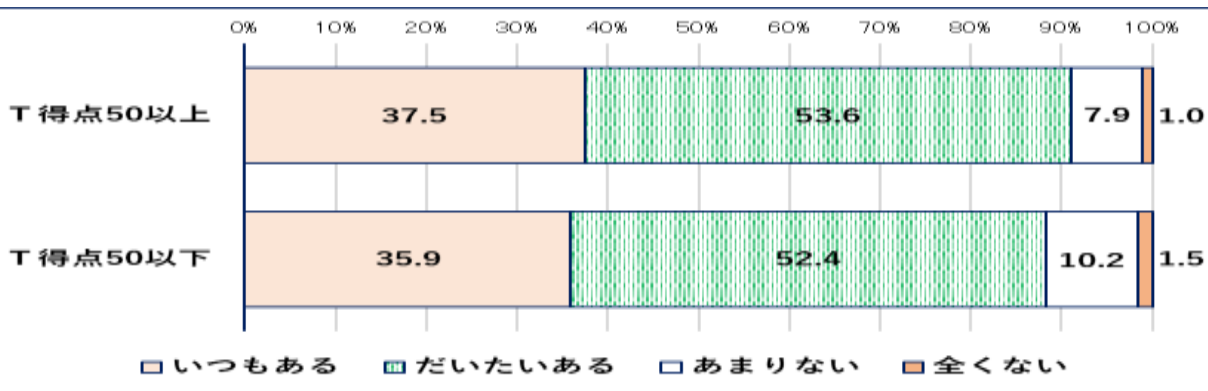
小学校男子



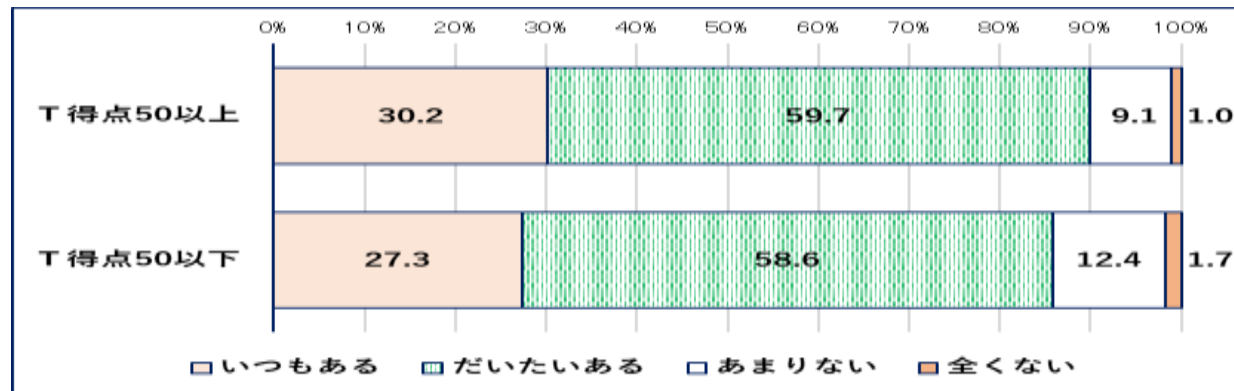
小学校女子



中学校男子



中学校女子

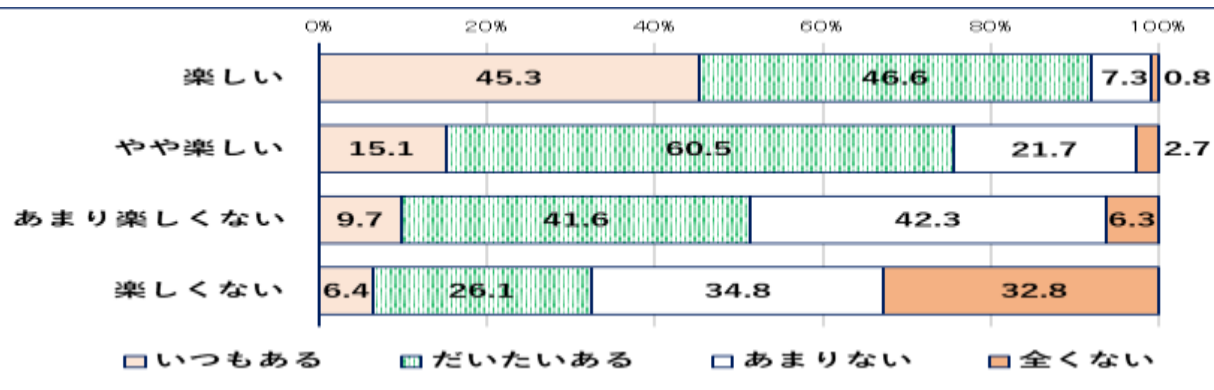


・小・中学校男女ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している児童生徒の割合が高い

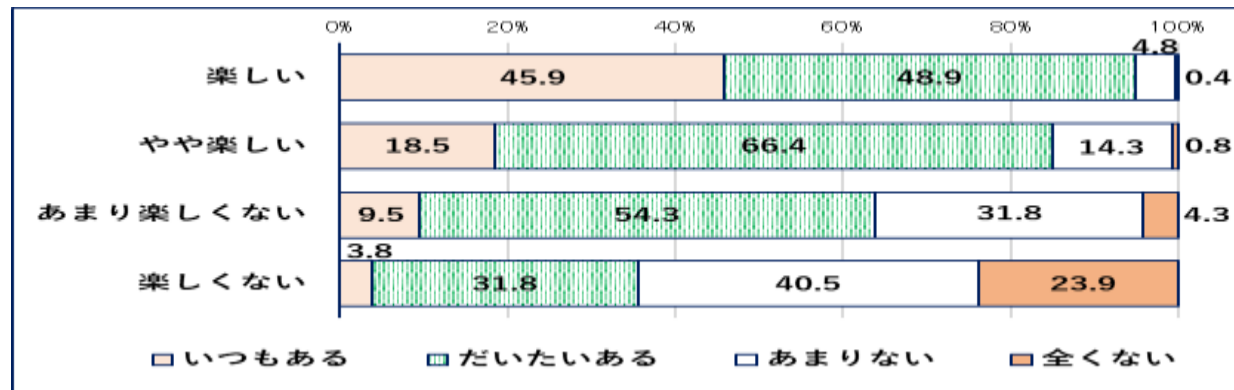
分析2

(4-4) 体育・保健体育の授業は × 友達と助け合ったり、教え合ったりして、学習することで、「できたり、わかったり」することがある
楽しい

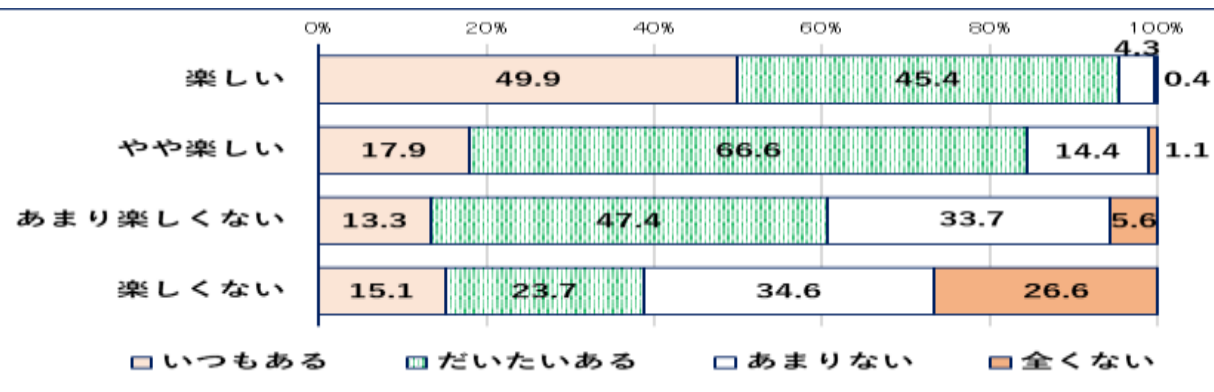
小学校男子



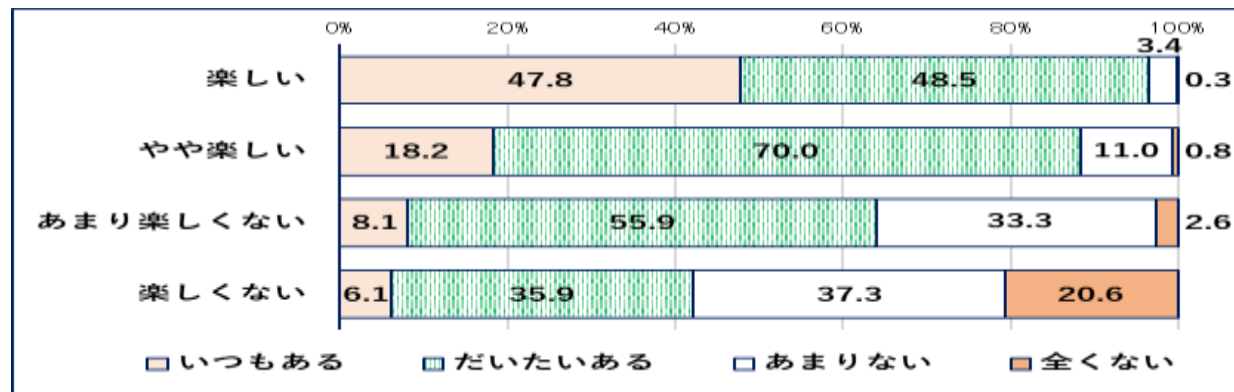
小学校女子



中学校男子



中学校女子

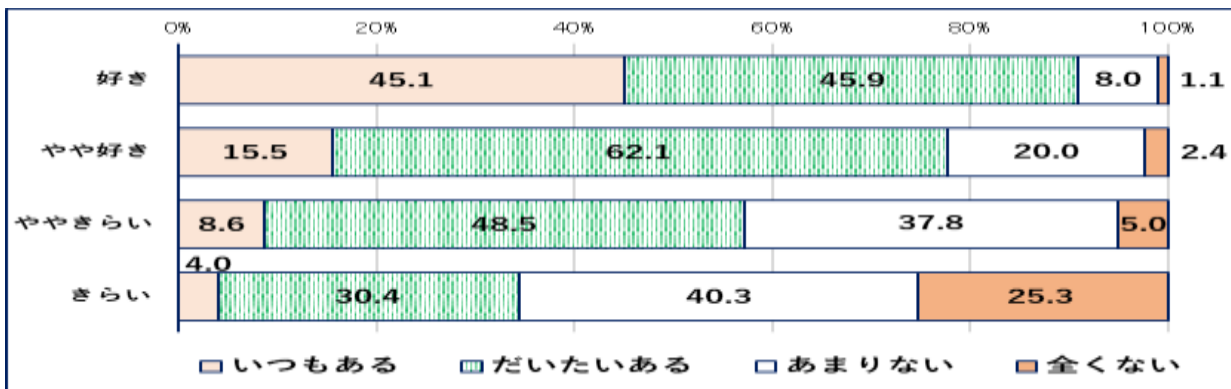


・「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答している児童生徒ほど、「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している割合が高い

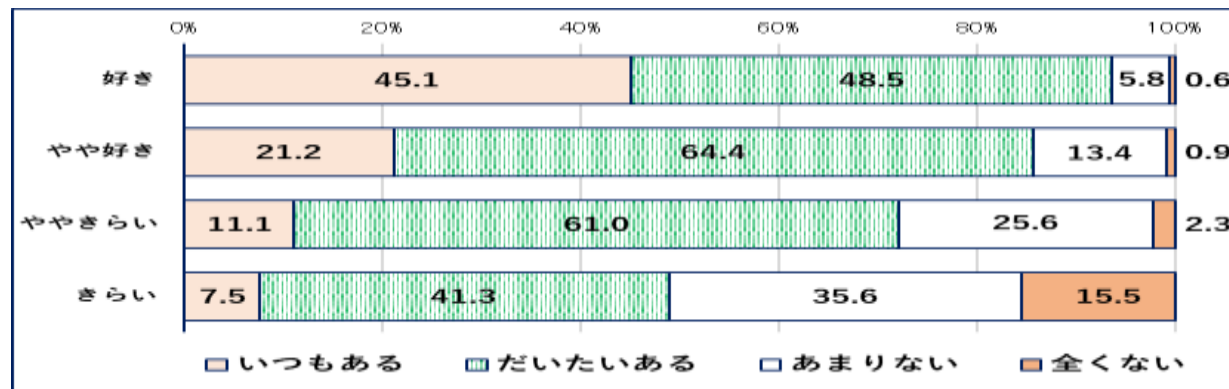
分析2

(4-5) 運動やスポーツをするのが好き × 友達と助け合ったり、教え合ったりして、学習することで、「できたり、わかったり」することがある

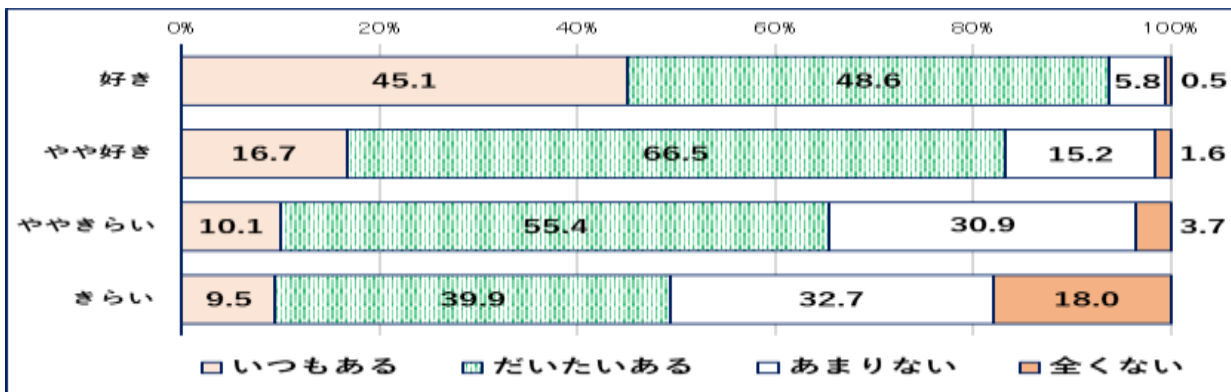
小学校男子



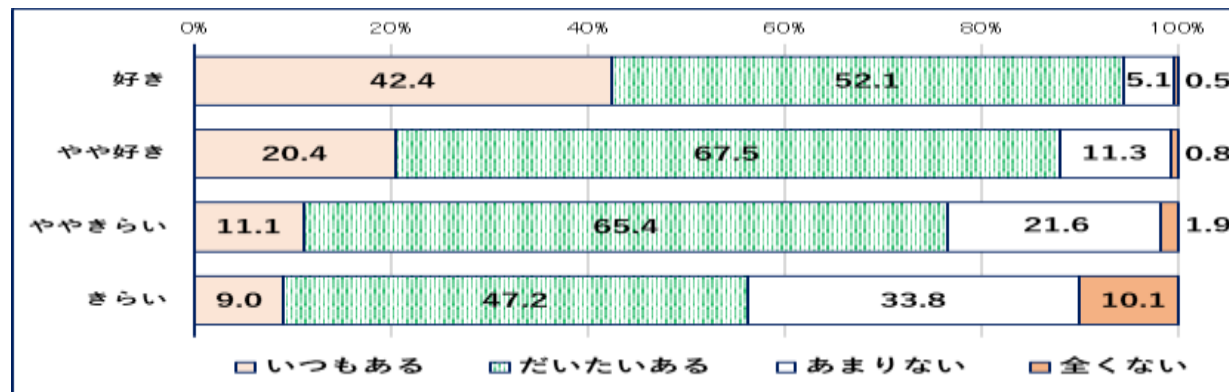
小学校女子



中学校男子



中学校女子

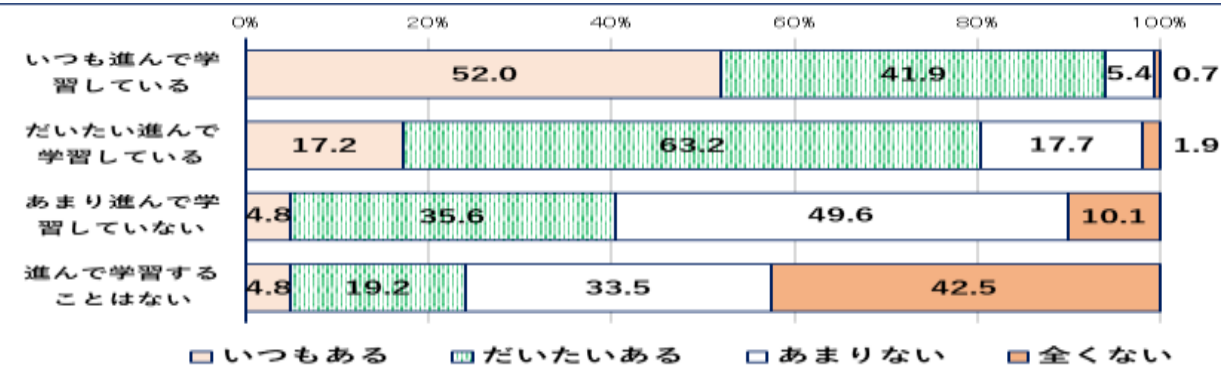


・小・中学校男女ともに、「運動やスポーツをすることが好き」と回答している児童生徒ほど、「友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している割合が高い

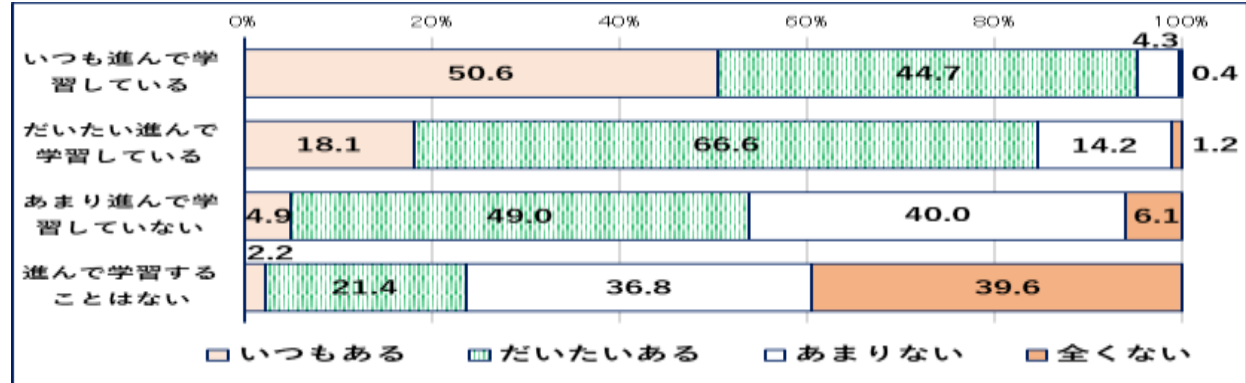
分析2

(4-6) 進んで体育・保健体育の学習に参加している × 友達と助け合ったり、教え合ったりして、学習することで、「できたり、わかったり」することがある

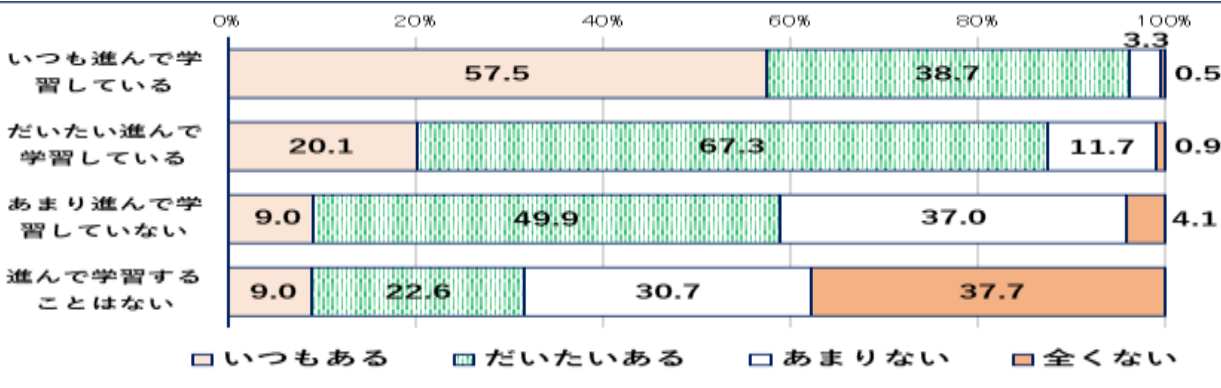
小学校男子



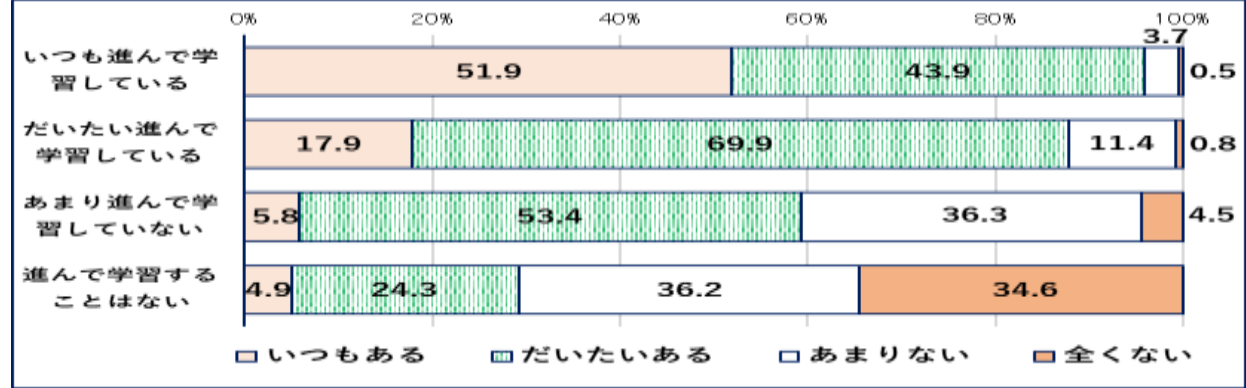
小学校女子



中学校男子



中学校女子

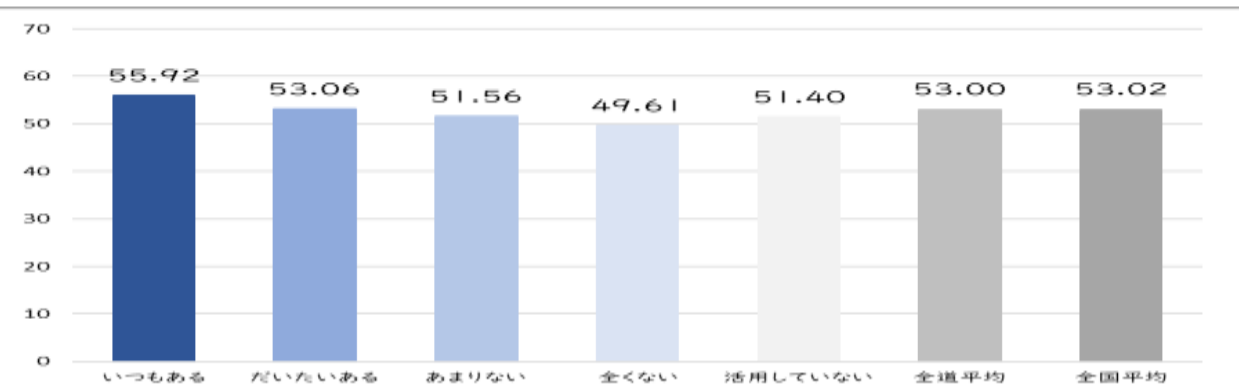


・「進んで体育・保健体育の学習に参加している」と回答している児童生徒ほど、「友達と助け合ったり、教え合ったりして、学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している児童生徒の割合が高い

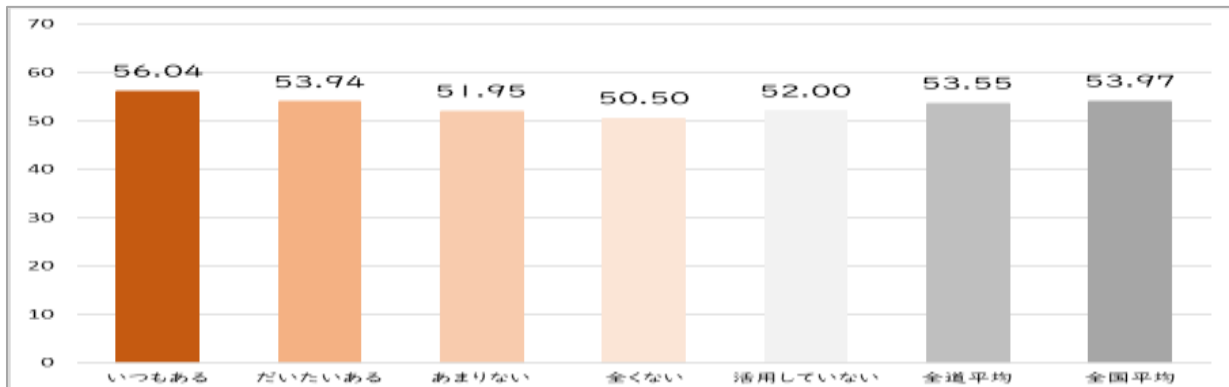
分析2

(5-1) 体力合計点 × ICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することができる

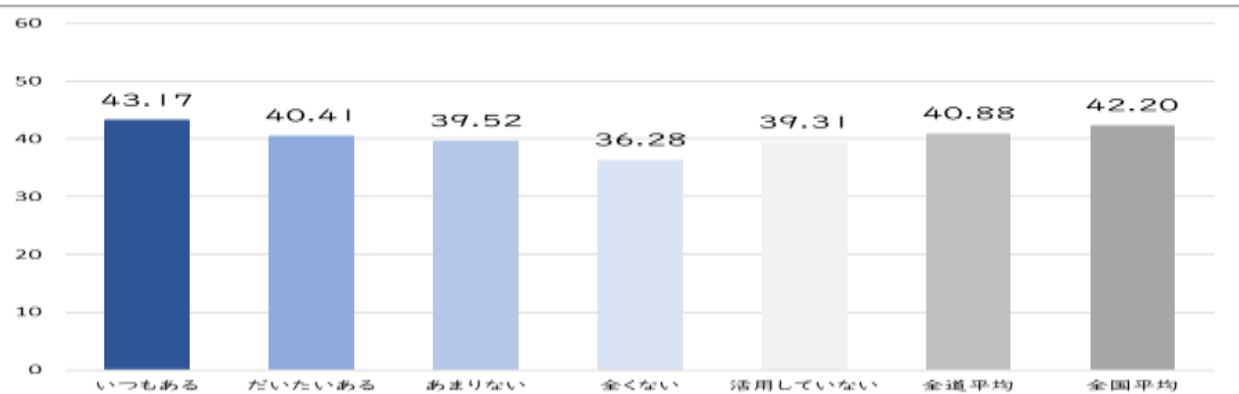
小学校男子



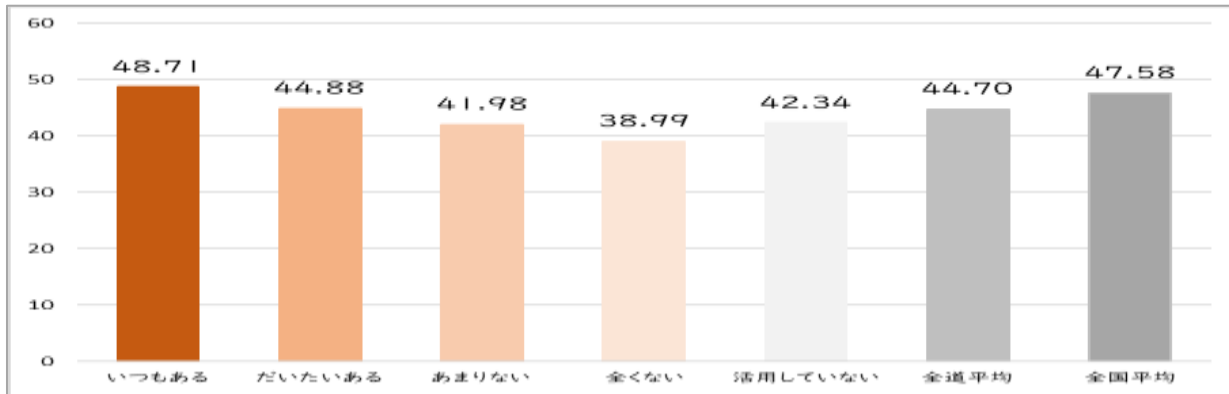
小学校女子



中学校男子



中学校女子



・小・中学校男女ともに、「タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することができる」と回答している児童生徒ほど、体力合計点が高い

分析2

(5-2) 体力合計点総合評価 × タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがある

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子



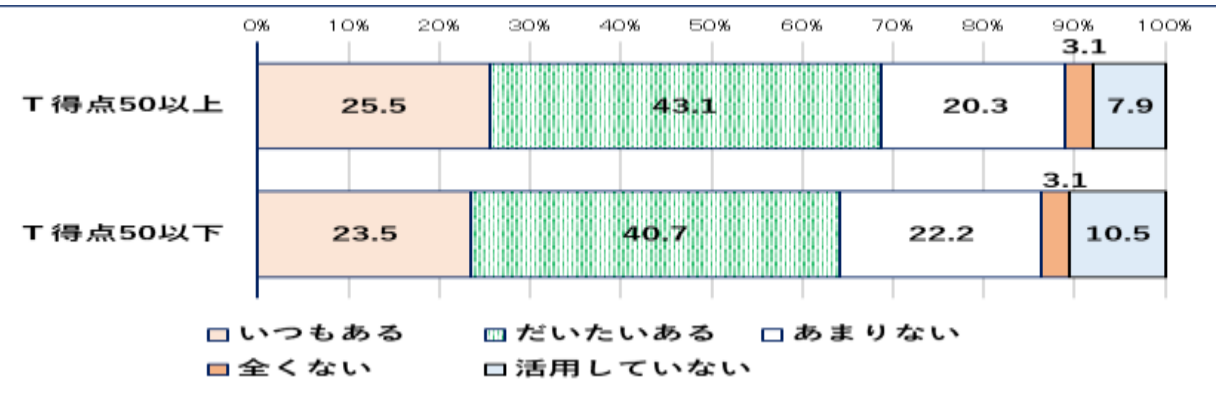
・「タブレットなどのICTを使って学習することで『できたり、わかったり』することがある」と回答している児童生徒ほど、体力合計点総合評価のA・B層の割合が高く、D・E層の割合が低い

分析2

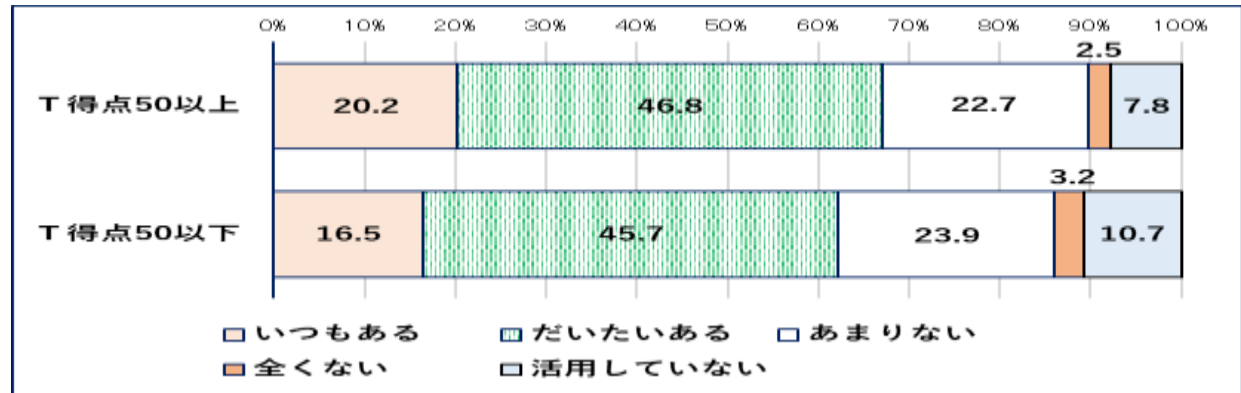
(5-3) 体力合計点T得点×

タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがある

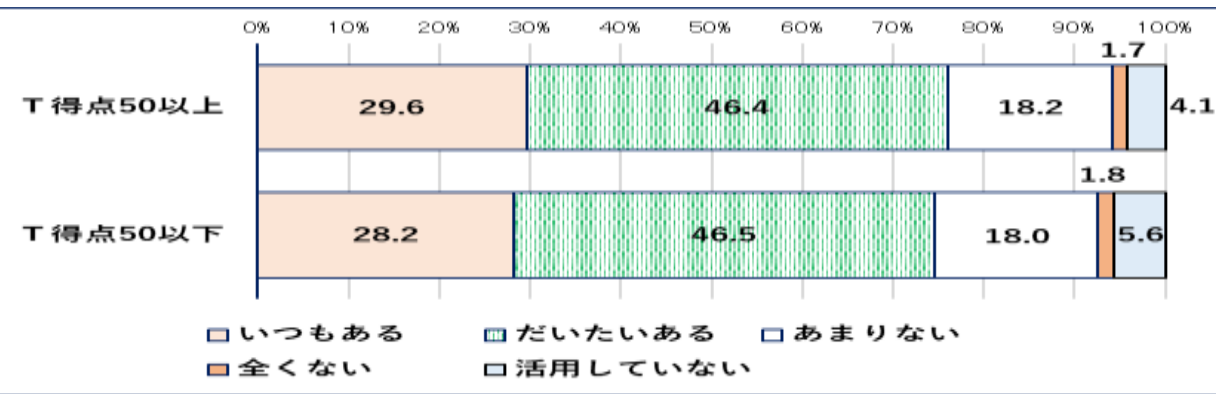
小学校男子



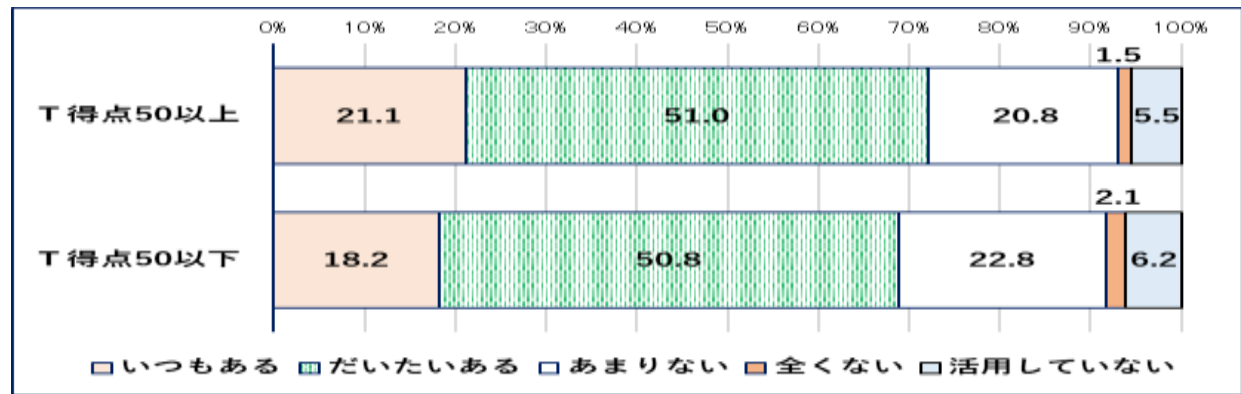
小学校女子



中学校男子



中学校女子

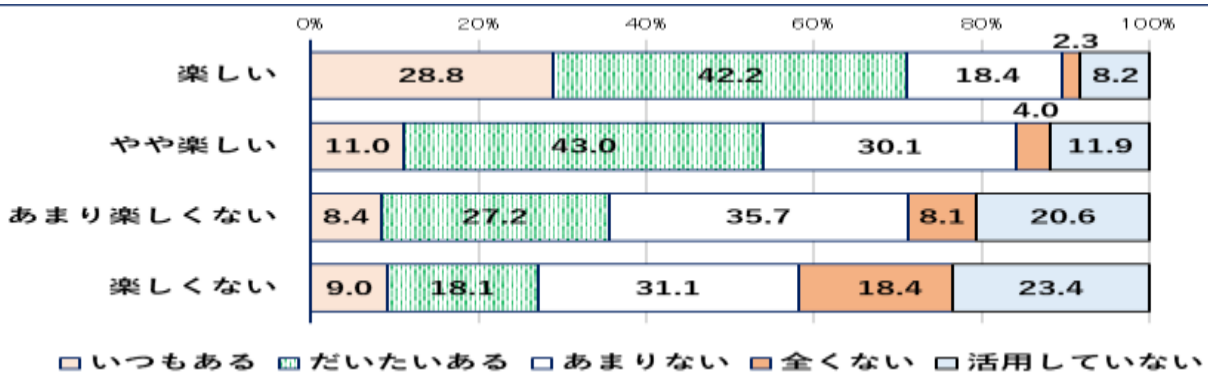


・小・中学校男女ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している児童生徒の割合が高い

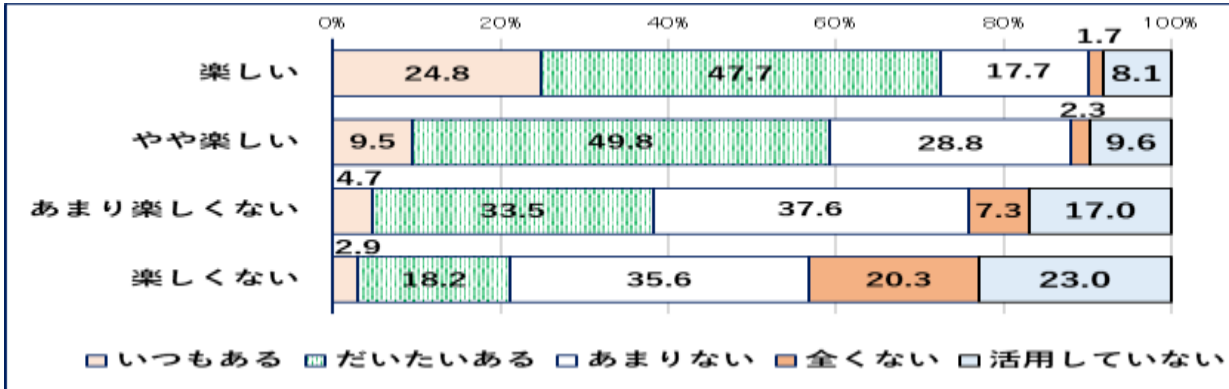
分析2

(5-4) 体育・保健体育の授業は × タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがある
楽しい

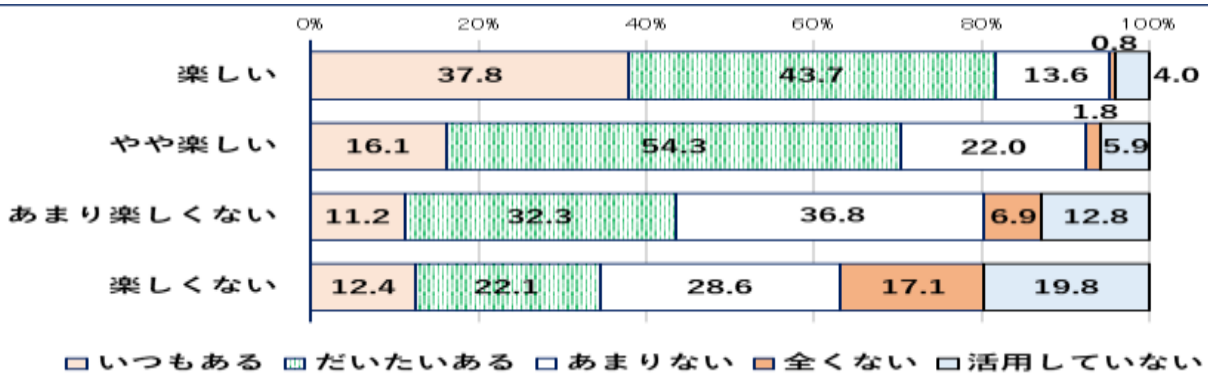
小学校男子



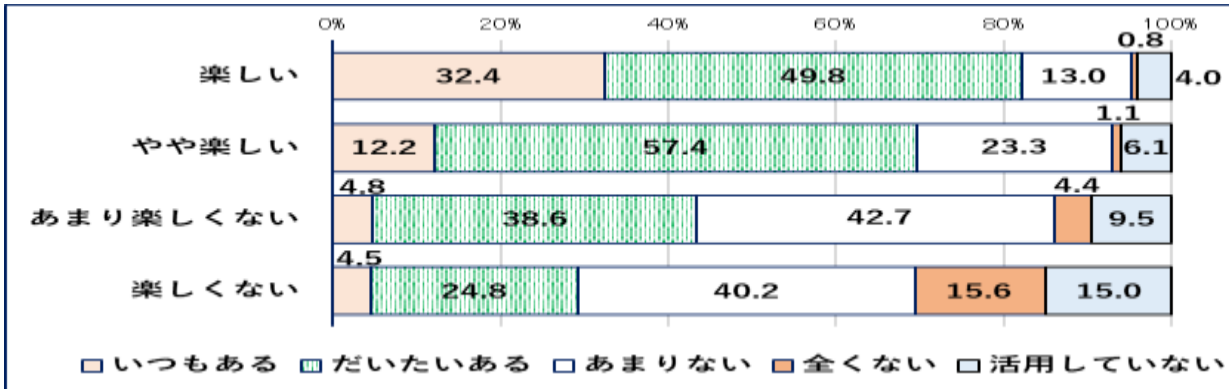
小学校女子



中学校男子



中学校女子

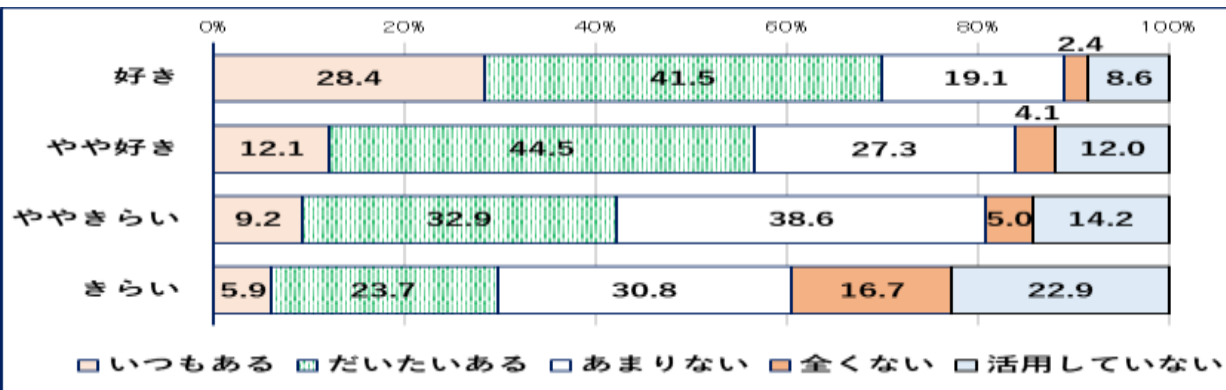


・「体育・保健体育の授業は楽しい」と回答している児童生徒ほど、「タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している割合が高い

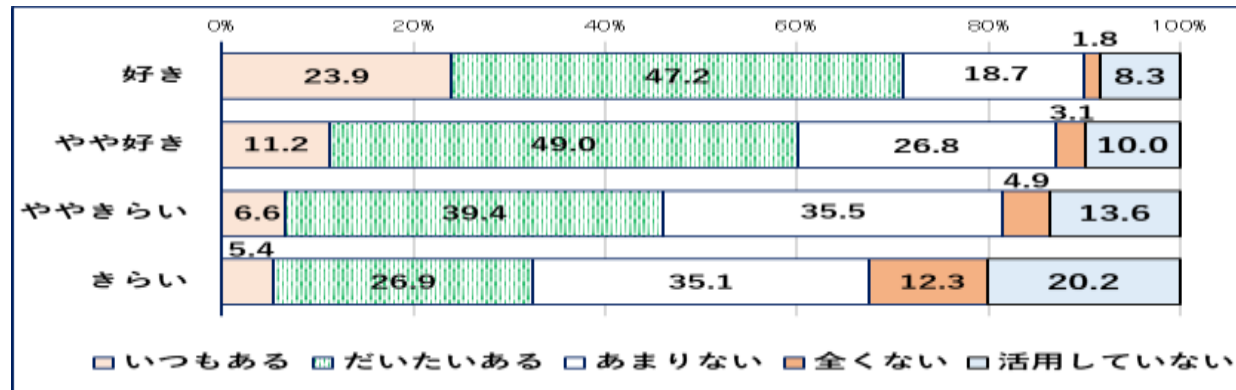
分析2

(5-5) 運動やスポーツをすることが好き × タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがある

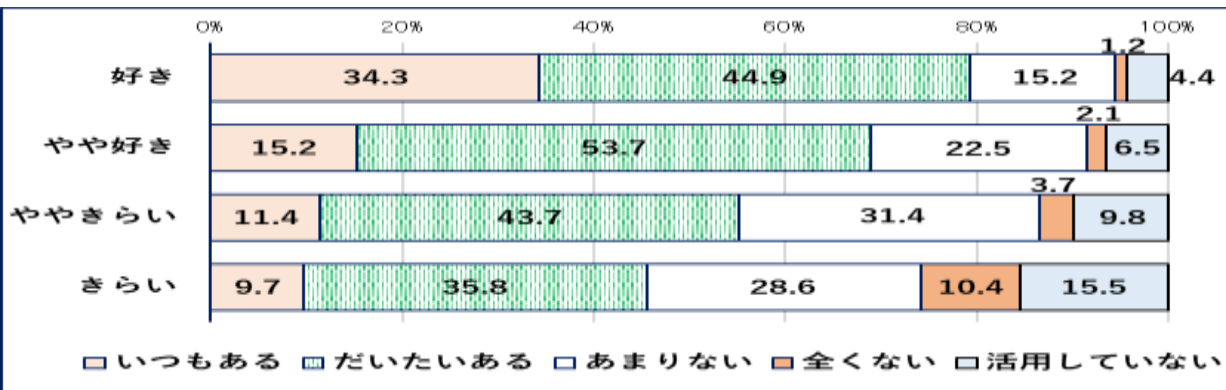
小学校男子



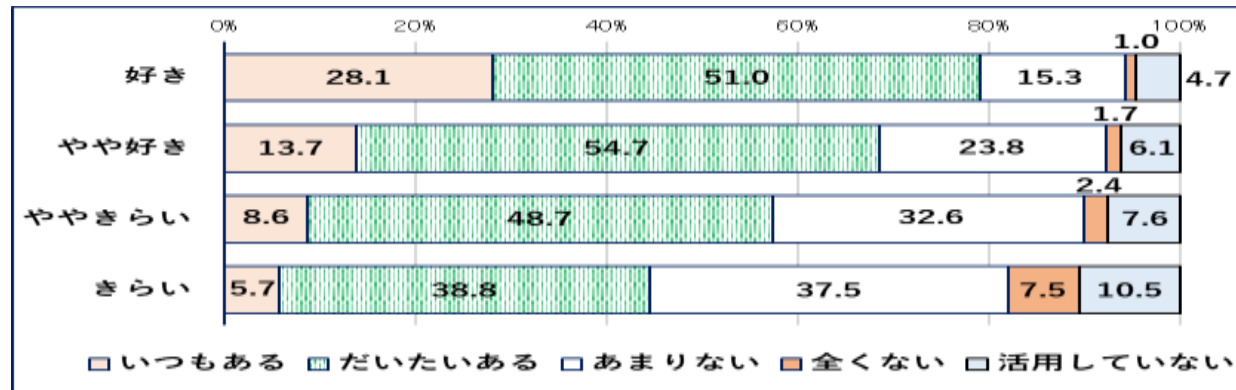
小学校女子



中学校男子



中学校女子



・小・中学校男女ともに、「運動やスポーツをすることが好き」と回答している児童生徒ほど、「タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している割合が高い

分析2

(5-6) 進んで体育・保健体育の学習に参加している × タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがある

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

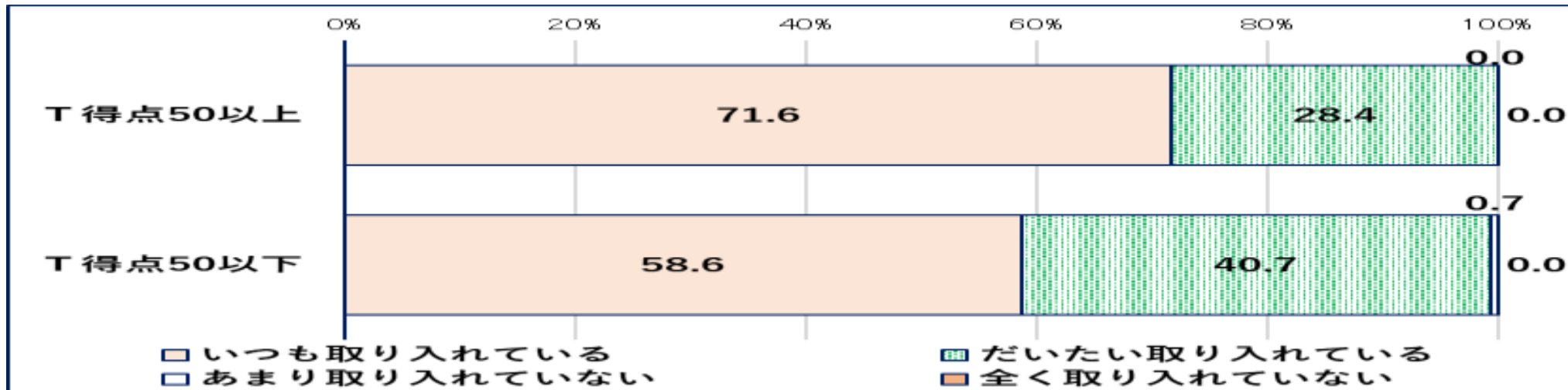


・「進んで体育・保健体育の学習に参加している」と回答している児童生徒ほど、「タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と回答している割合が高い

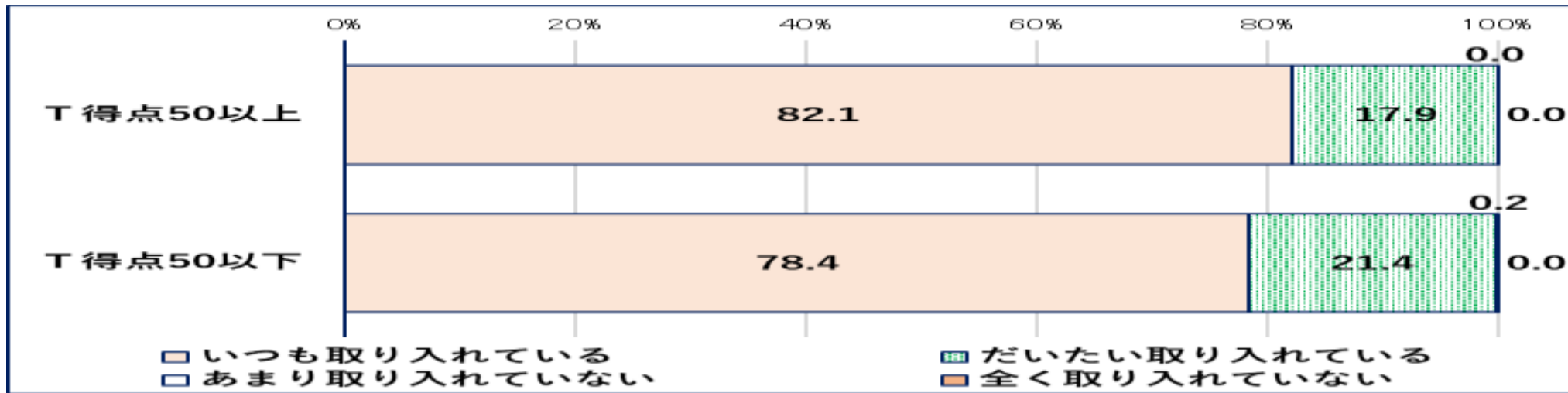
分析2

(6-1) 体力合計点T得点 × 体育・保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標を示す活動を取り入れている

小学校



中学校

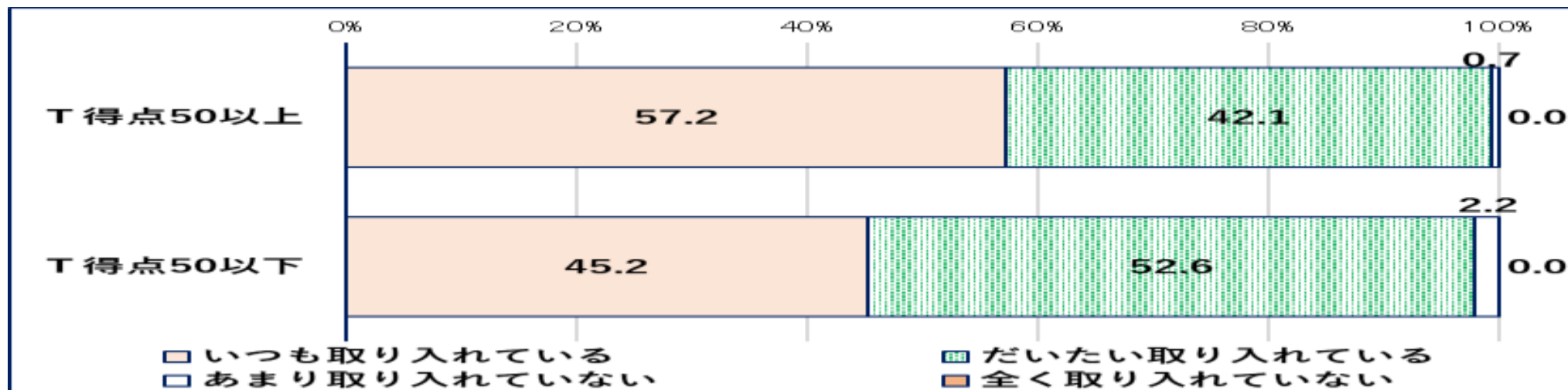


・小・中学校ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「体育・保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標を示す活動をいつも取り入れている」と回答している割合が高い

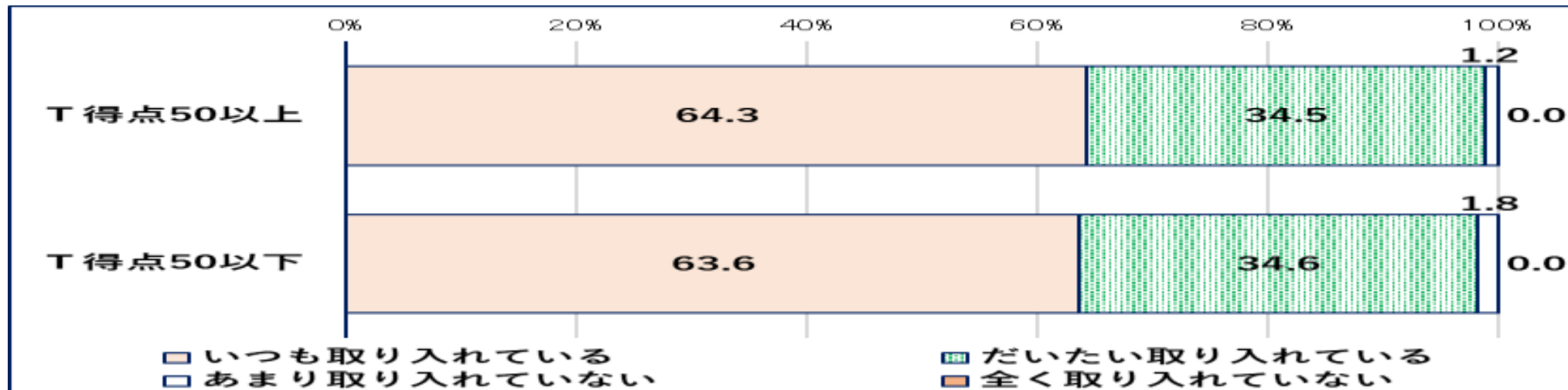
分析2

(6-2) 体力合計点T得点 × 体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動を取り入れている

小学校



中学校

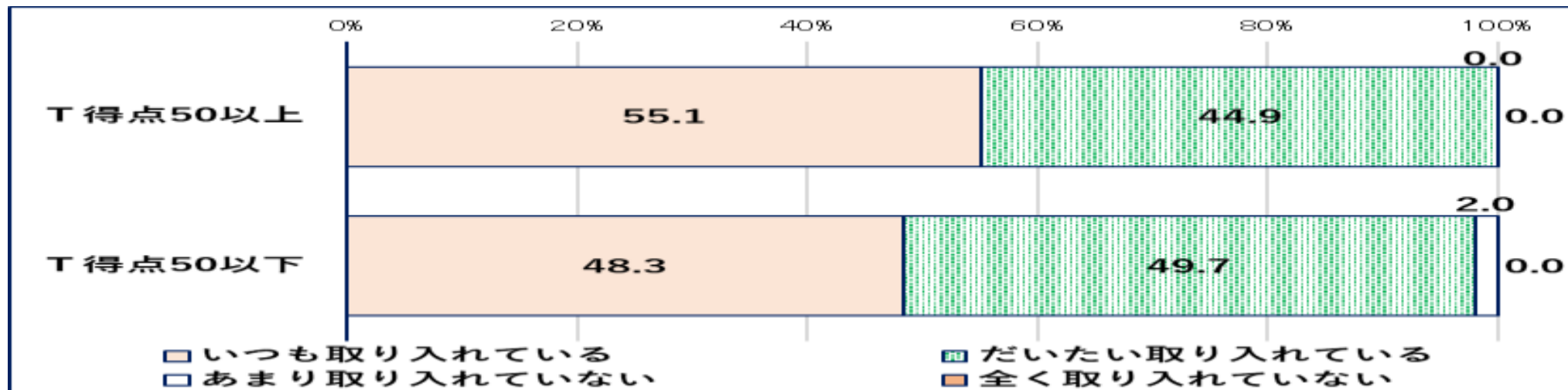


・小・中学校ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「体育・保健体育の授業の最後に、その授業で学習したことを振り返る活動を取り入れている」と回答している割合が高い

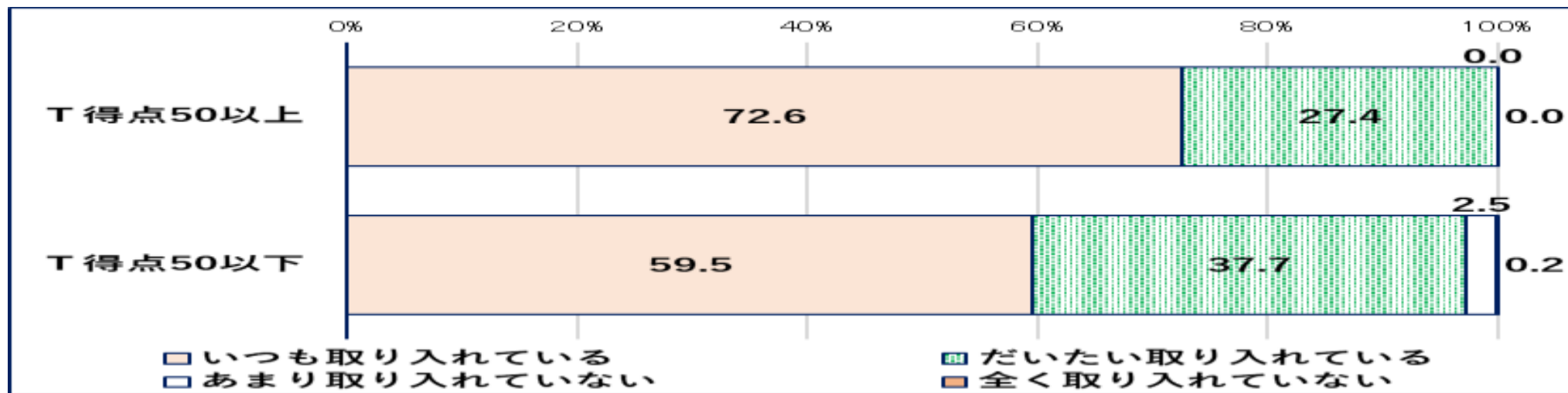
分析2

(6-3) 体力合計点T得点 × 体育・保健体育の授業では、児童生徒同士で助け合ったり、役割を果たしたりする活動を取り入れている

小学校



中学校

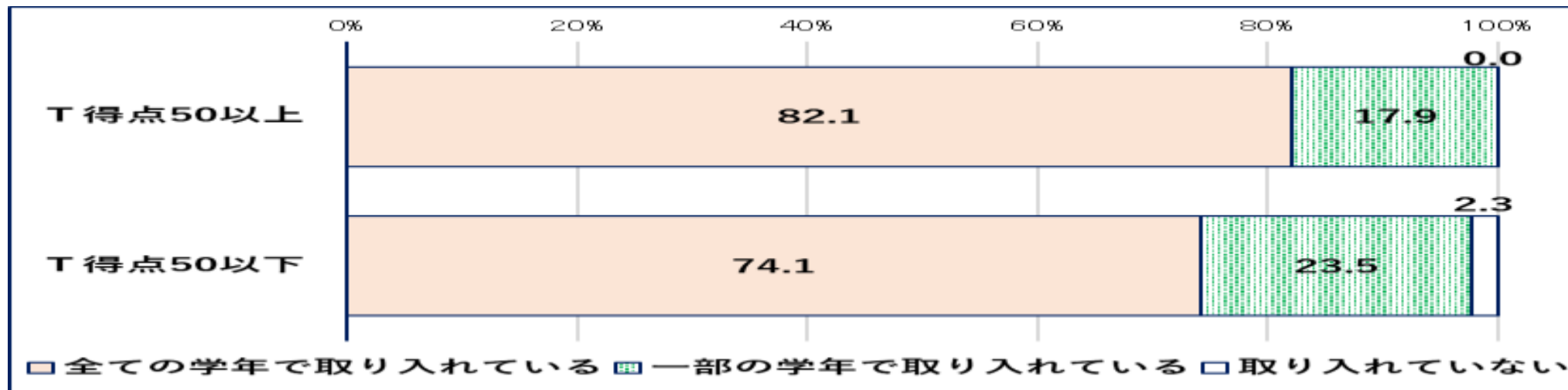


・小・中学校ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「体育・保健体育の授業では、児童生徒同士で助け合ったり、役割を果たしたりする活動を取り入れている」と回答している割合が高い

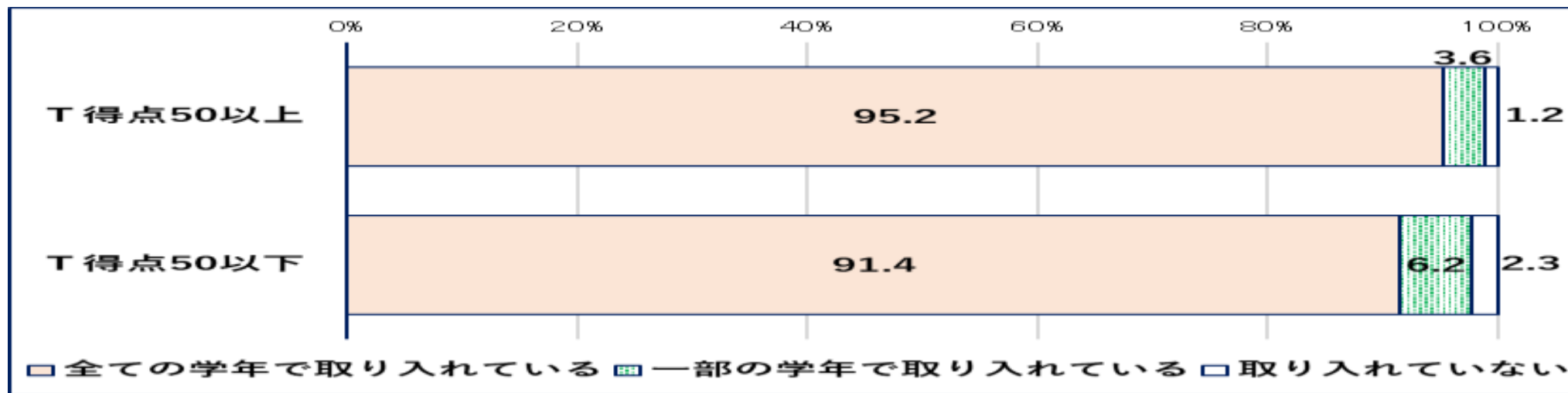
分析2

(6-4) 体力合計点T得点 × 体育・保健体育の授業では、児童生徒同士で話し合う活動を取り入れている

小学校



中学校

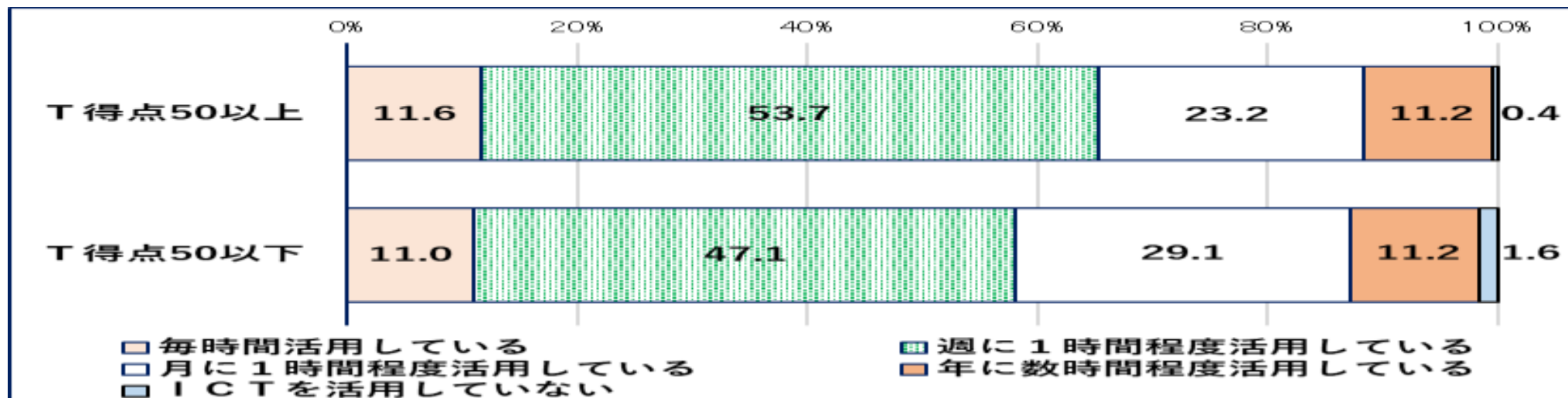


・小・中学校ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「体育・保健体育の授業では、児童生徒同士で話し合う活動を取り入れている」と回答している割合が高い

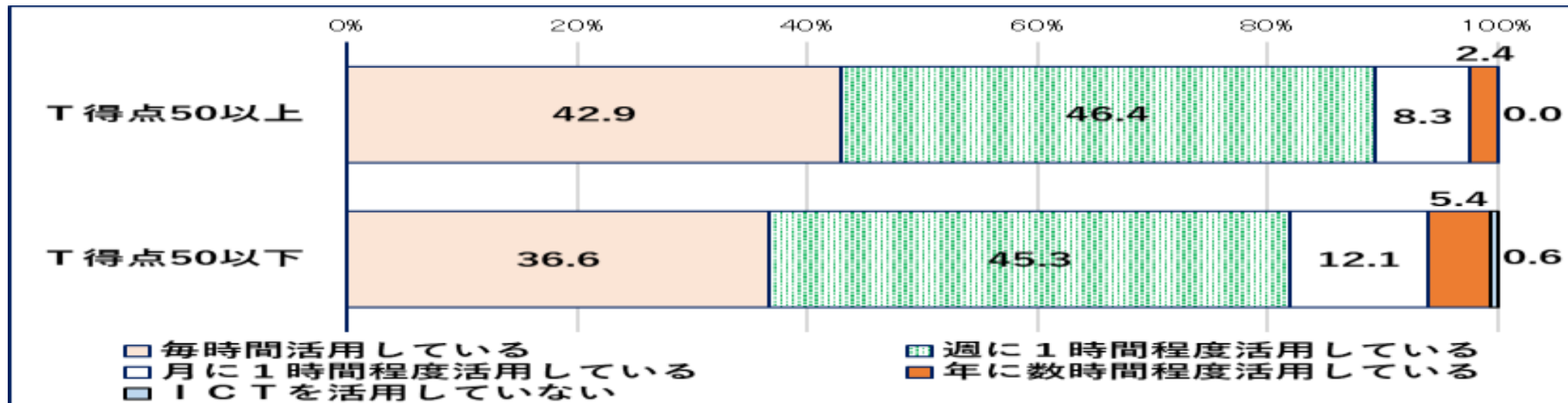
分析2

(6-5) 体力合計点T得点 × 体育・保健体育の授業におけるICTの活用について、どのくらいの頻度で活用しているか

小学校

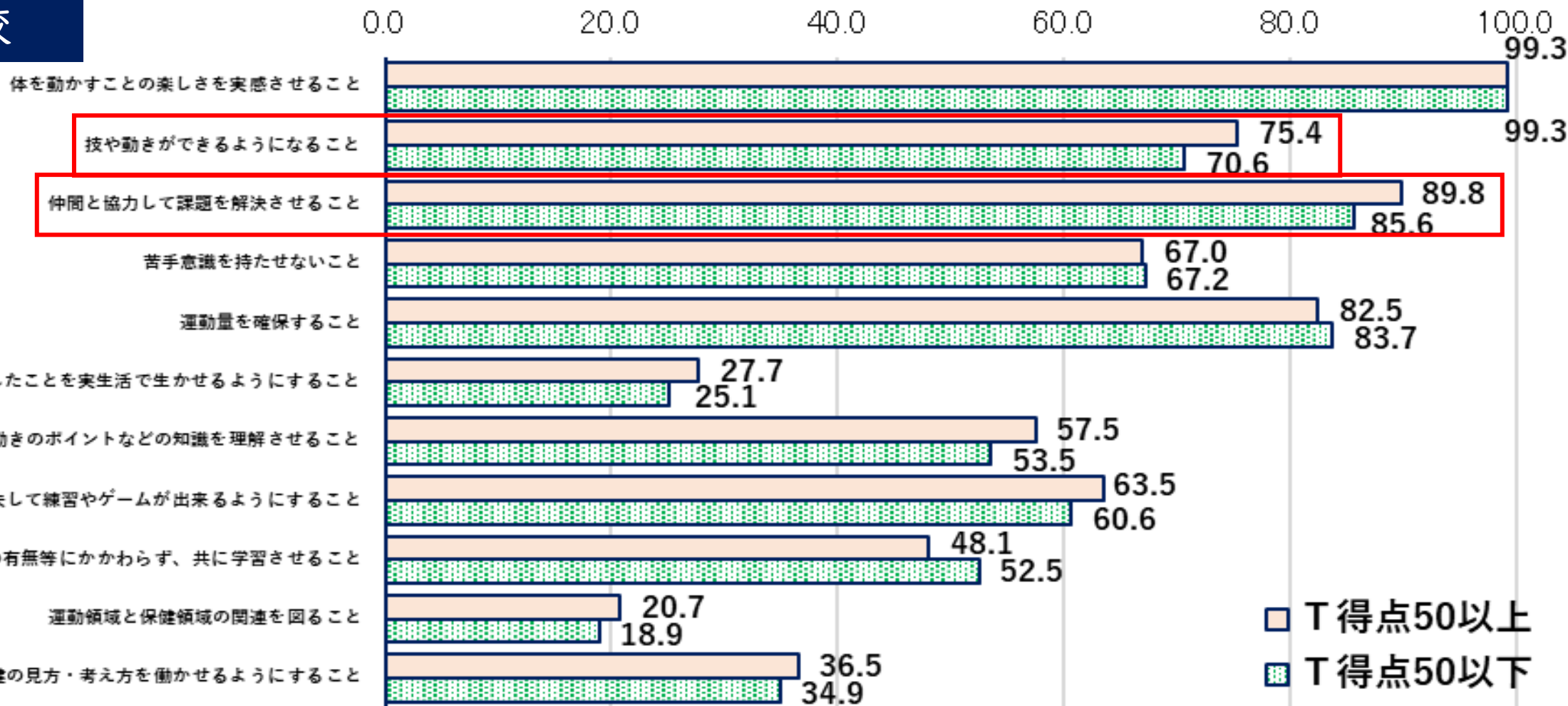


中学校



・小・中学校ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「体育・保健体育の授業で、ICTを毎時間活用している」と回答している割合が高い

小学校

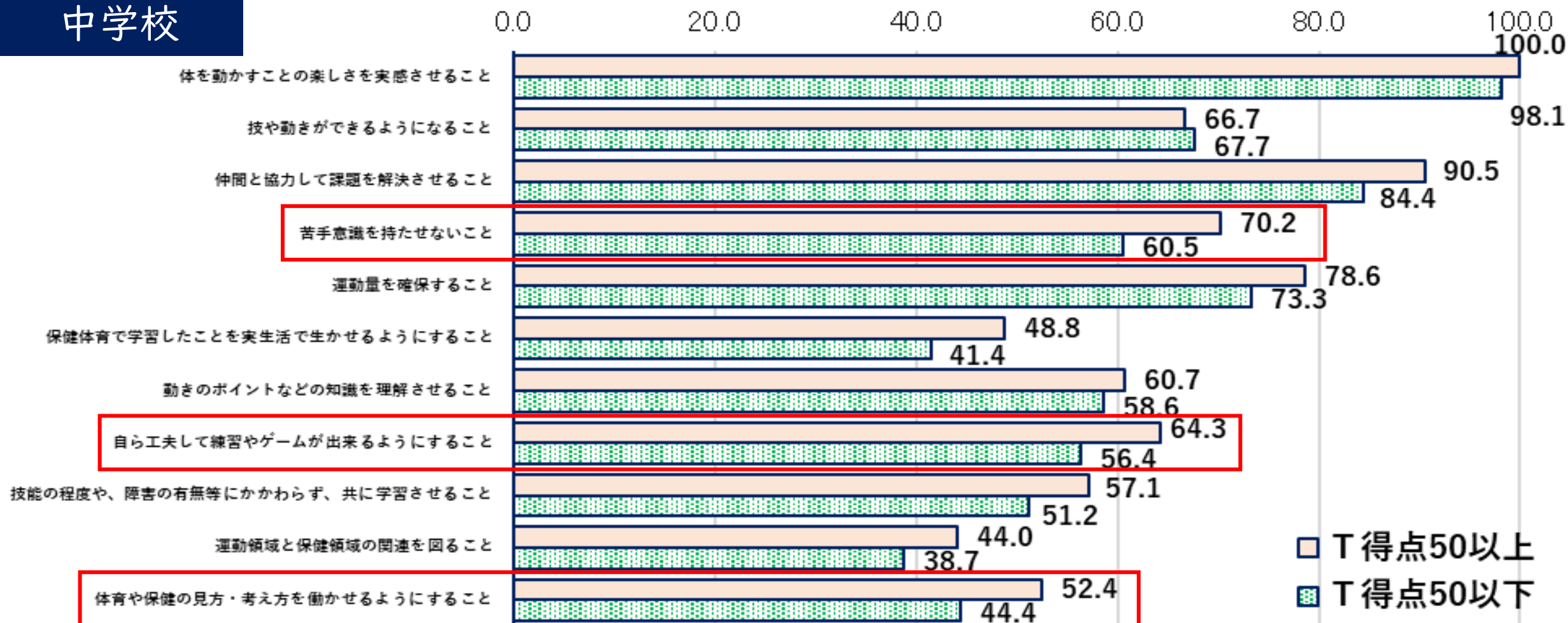


・体力合計点が全国平均を上回っている小学校は、下回っている小学校に比べ、特に「仲間と協力して課題を解決させること」や「技や動きが出来るようになること」を体育の授業で大切にしている割合が高い

分析2

(6-7) 体力合計点T得点×保健体育の授業で大切にしていること

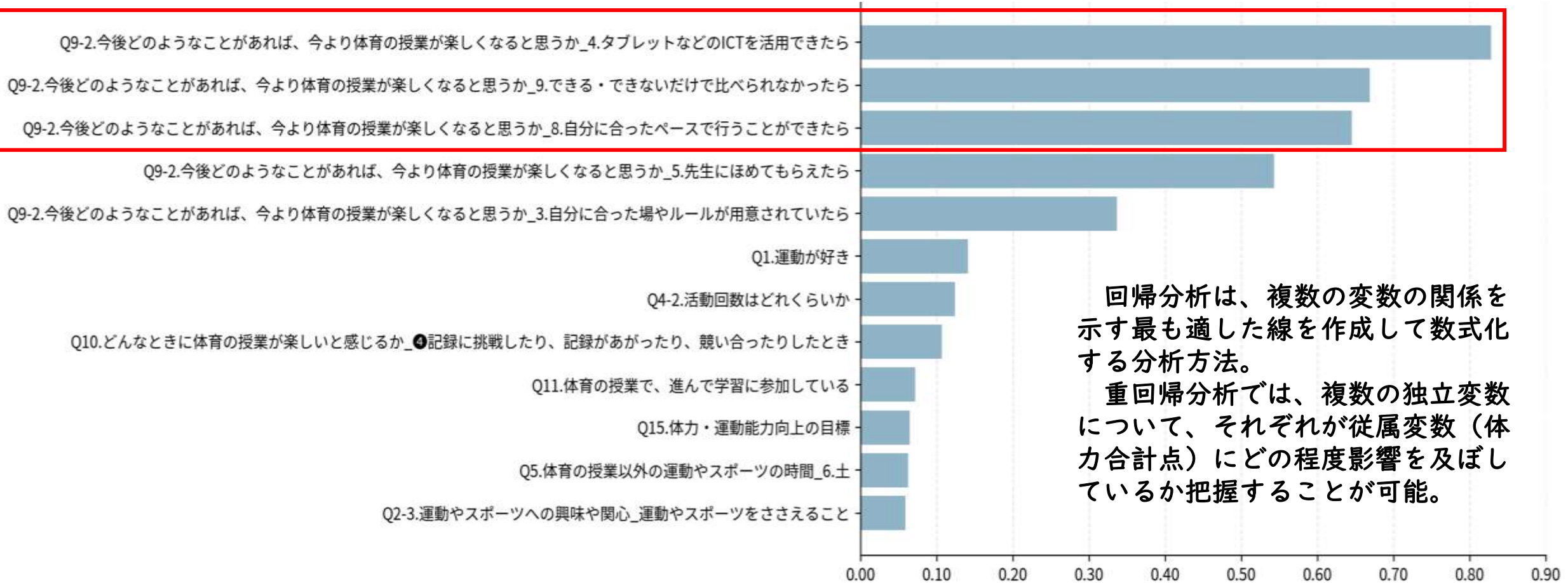
中学校



・体力合計点が全国平均を上回っている中学校は、下回っている中学校に比べ、特に「苦手意識を持たせないこと」や「自ら工夫して練習やゲームが出来るようにすること」、「見方・考え方を働かせるようにすること」を保健体育の授業で大切にしている割合が高い

小学校男子

体力合計点を従属変数とし、運動意識・生活習慣・体育授業に関する各質問項目を独立変数として重回帰分析を実施し、体力合計点に対する関連の強さを標準化偏回帰係数 (β) により検討



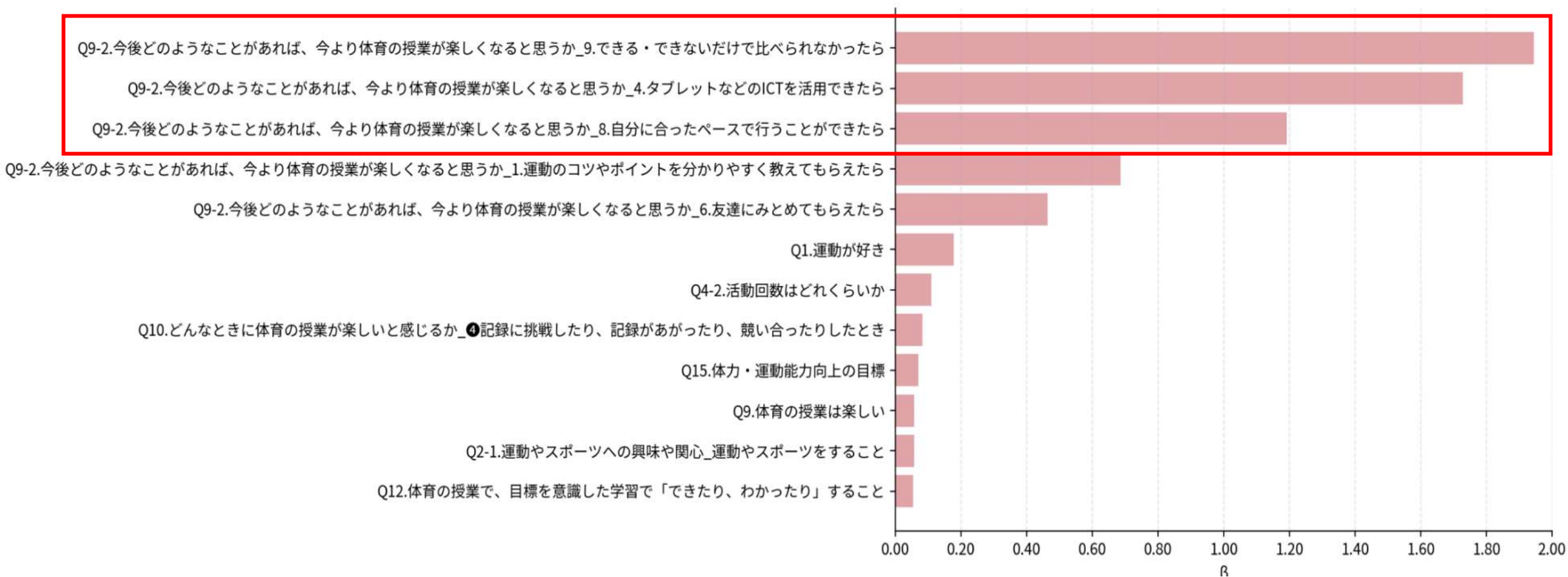
回帰分析は、複数の変数の関係を示す最も適した線を作成して数式化する分析方法。

重回帰分析では、複数の独立変数について、それぞれが従属変数（体力合計点）にどの程度影響を及ぼしているか把握することが可能。

・「タブレットなどのICTの活用」が最も強い関係を示し、次いで「できる・できないだけで比べられない」、「自分に合ったペースで行うこと」の項目が上位に位置しており、体育の授業に関する内容に強い関係性がある

小学校女子

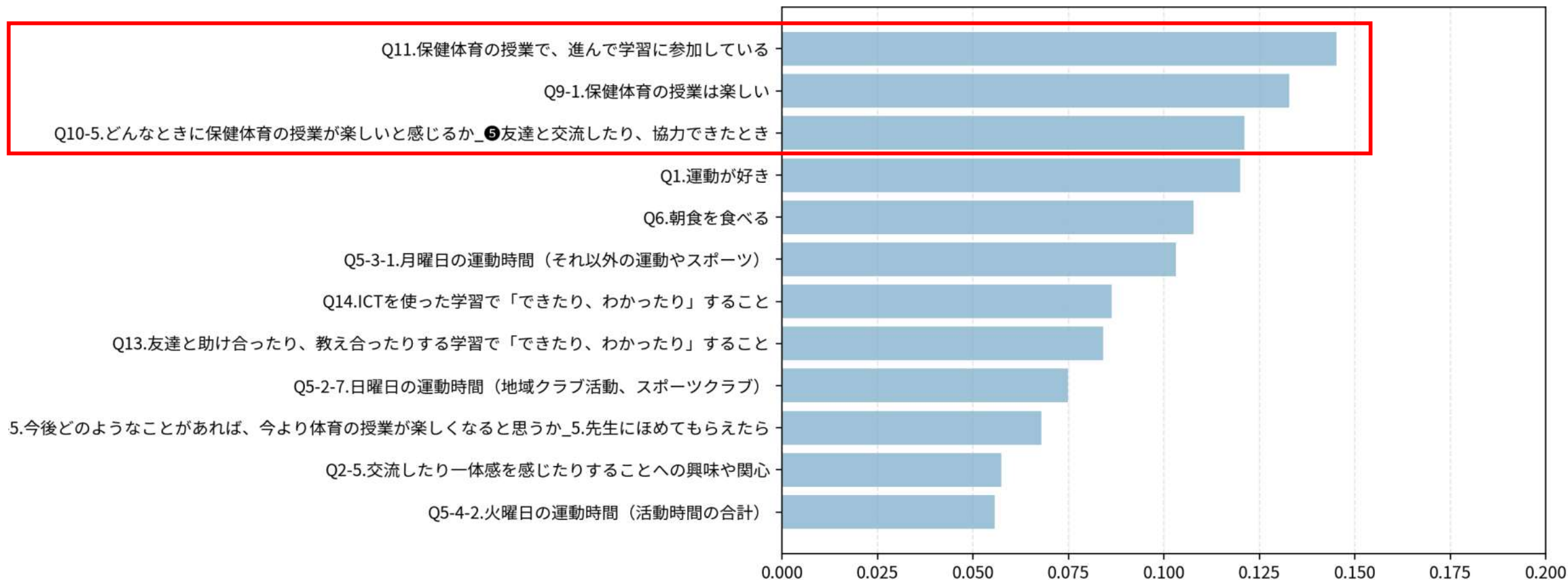
体力合計点を従属変数とし、運動意識・生活習慣・体育授業に関する各質問項目を独立変数として重回帰分析を実施し、体力合計点に対する関連の強さを標準化偏回帰係数 (β) により検討



・「できる・できないだけで比べられない」が最も強い関係を示し、「タブレットなどのICTの活用」や「自分に合ったペースで行うこと」の項目が上位に位置しており、男子と同様、体育の授業に関する内容に強い関係性がある

中学校男子

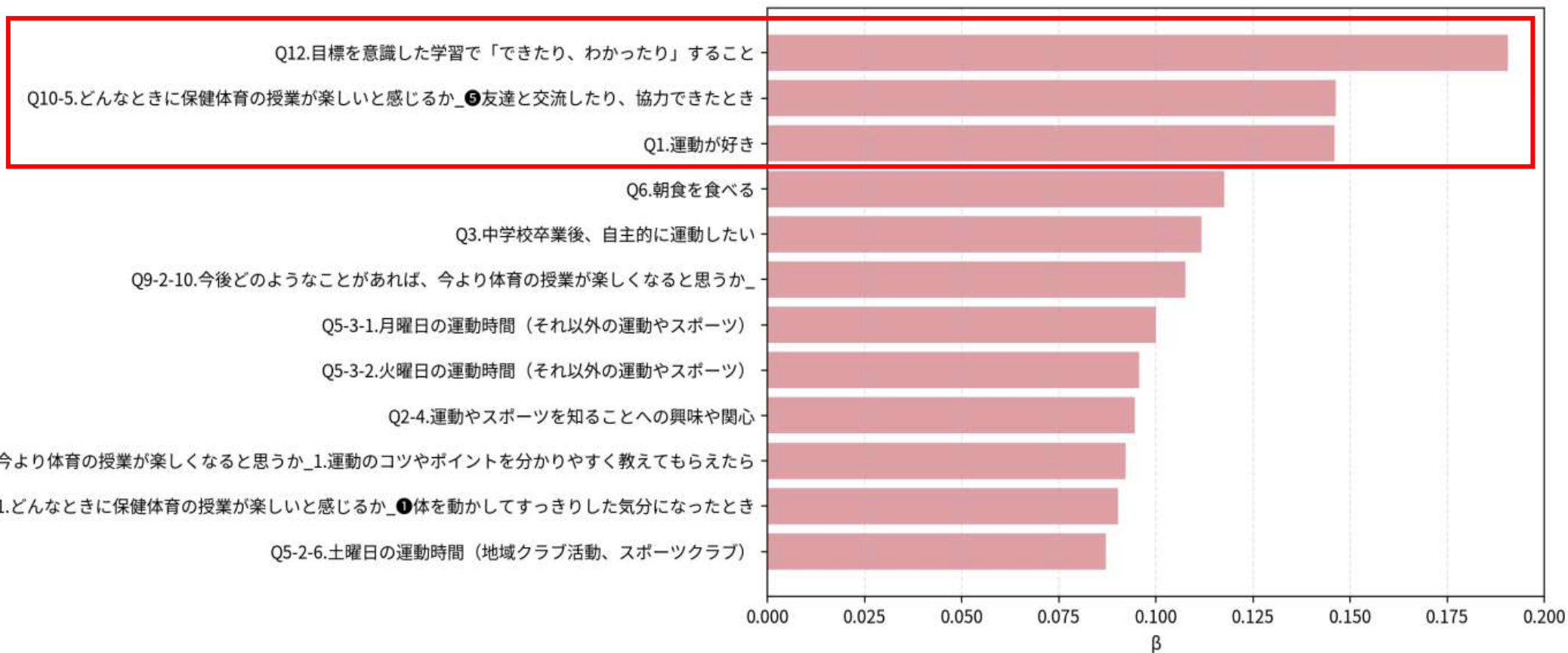
体力合計点を従属変数とし、運動意識・生活習慣・体育授業に関する各質問項目を独立変数として重回帰分析を実施し、体力合計点に対する関連の強さを標準化偏回帰係数 (β) により検討



・「保健体育の授業で進んで学習に参加していること」が最も強い関係を示し、「保健体育の授業が楽しいこと」、「友達と交流したり、協力できたときに授業を楽しんでいること」の項目が上位に位置しており、保健体育の授業に関する内容に強い関係性がある

中学校女子

体力合計点を従属変数とし、運動意識・生活習慣・体育授業に関する各質問項目を独立変数として重回帰分析を実施し、体力合計点に対する関連の強さを標準化偏回帰係数 (β) により検討

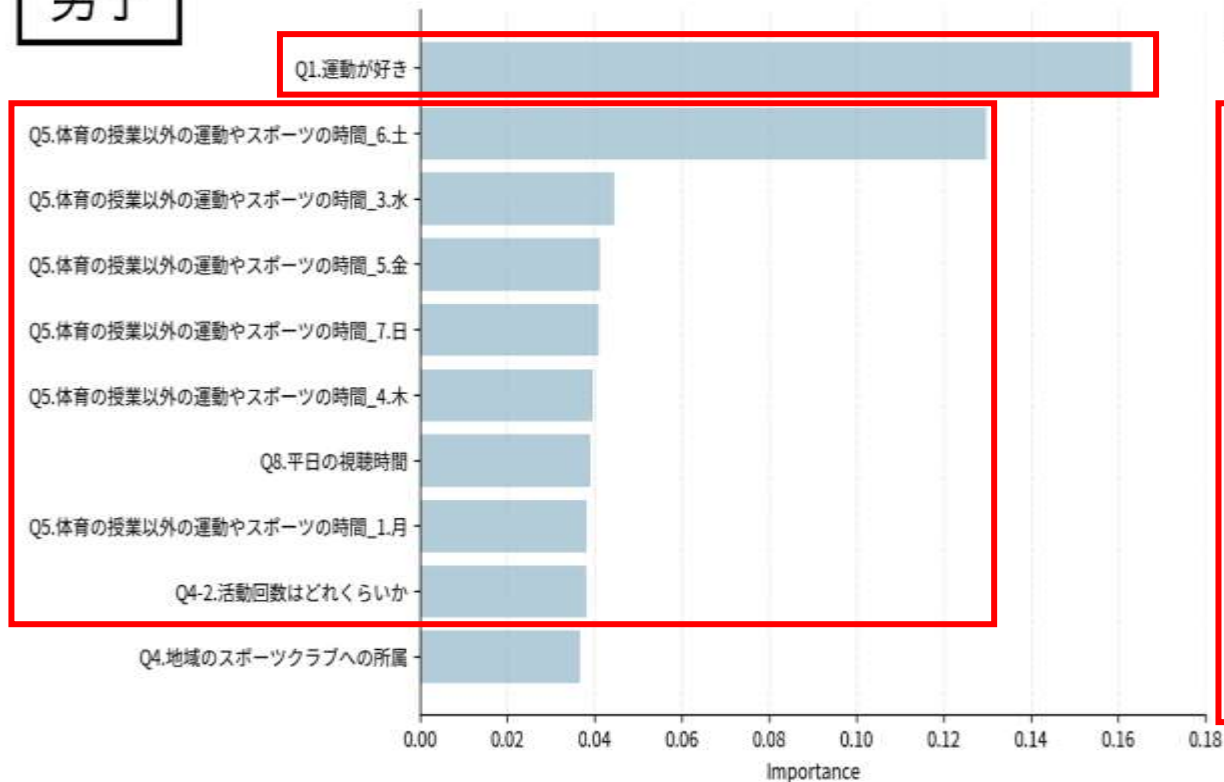


・「目標を意識した学習で『できたり、わかったり』すること」が最も強い関係を示し、「友達と交流したり、協力できたときに授業を楽しんでいること」、「運動が好きであること」の項目が上位に位置しており、保健体育の授業に関する内容のほか、運動への好意に強い関係性がある

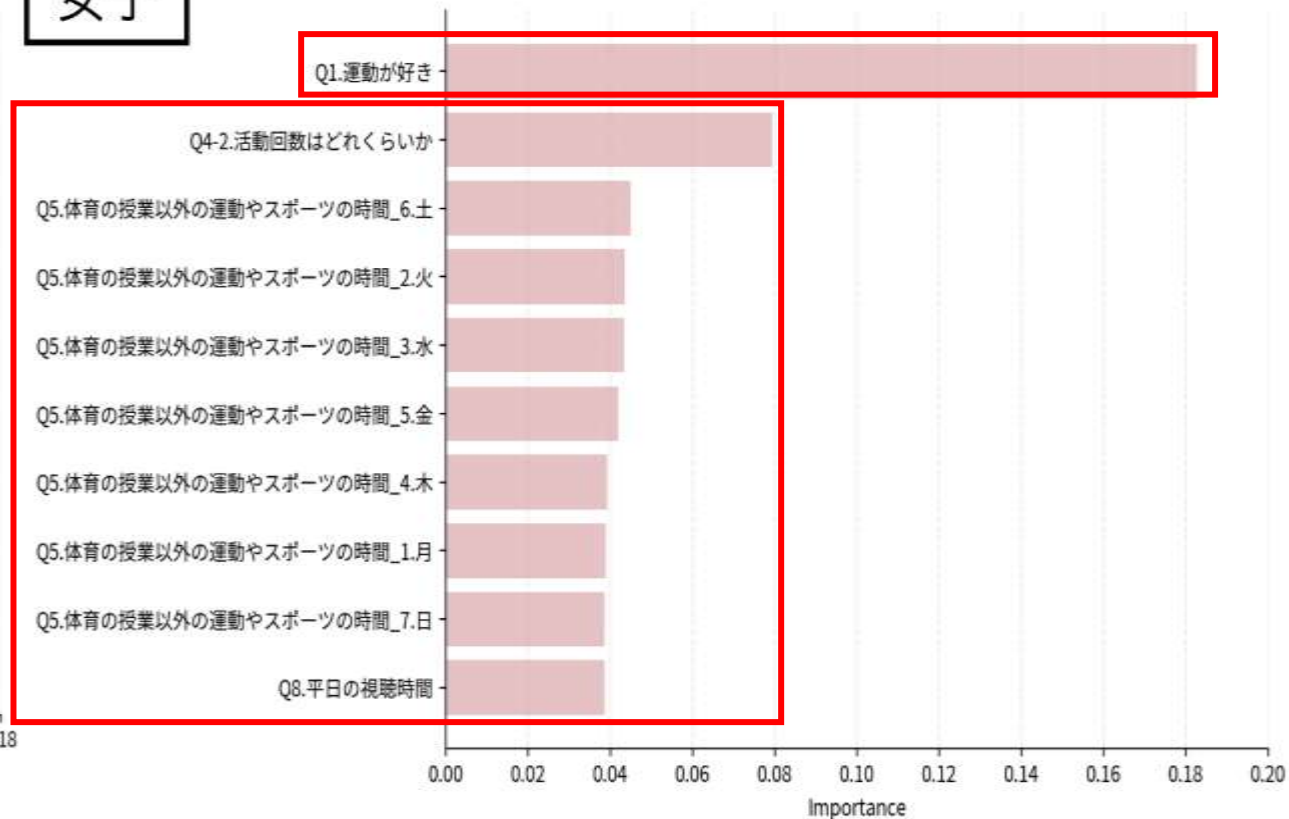
小学校

体力合計点に関係する要因の重要度を把握するため、ランダムフォレスト分析を行い、各項目がどの程度予測に役立っているかを示す「重要度」を算出

男子



女子



・男女ともに、「運動が好き」が最も重要度が高く、「体育の授業以外の運動やスポーツの時間」、「活動回数」、「平日の視聴時間」の項目が位置しており、運動への好意や運動時間の確保の重要度が高い

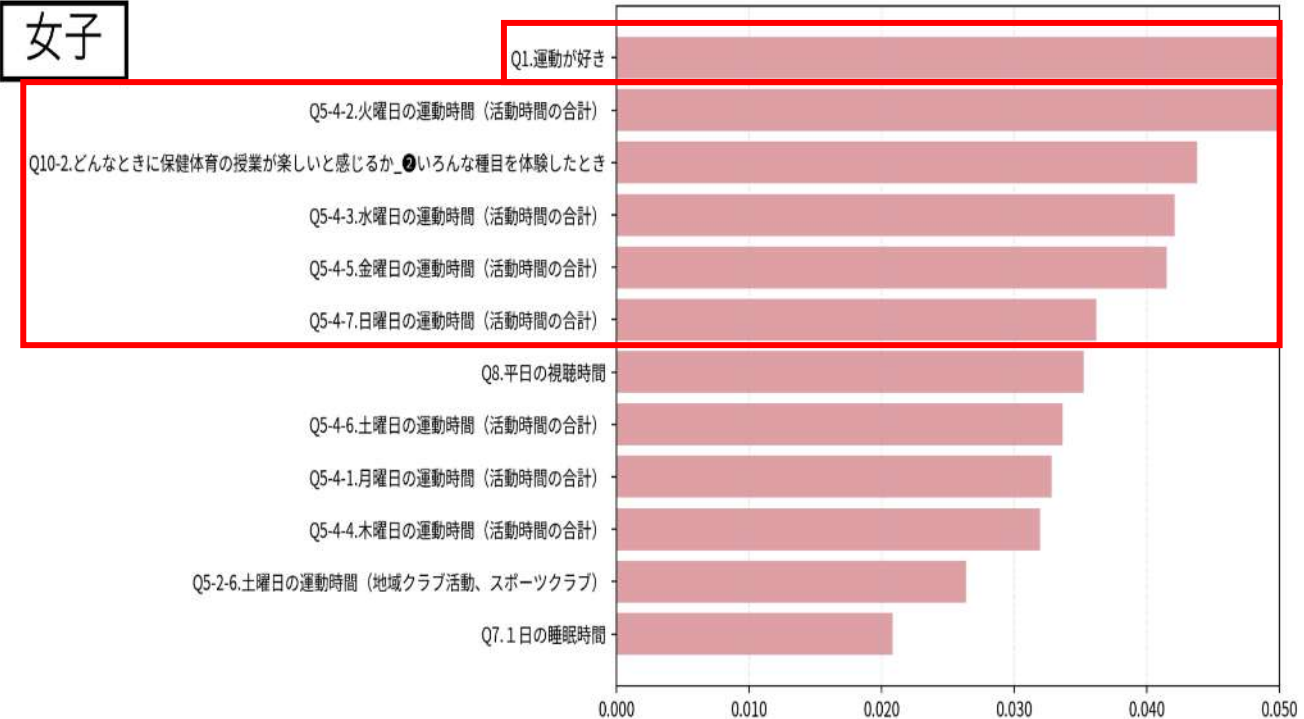
中学校

体力合計点に関係する要因の重要度を把握するため、ランダムフォレスト分析を行い、各項目がどの程度予測に役立っているかを示す「重要度」を算出

男子



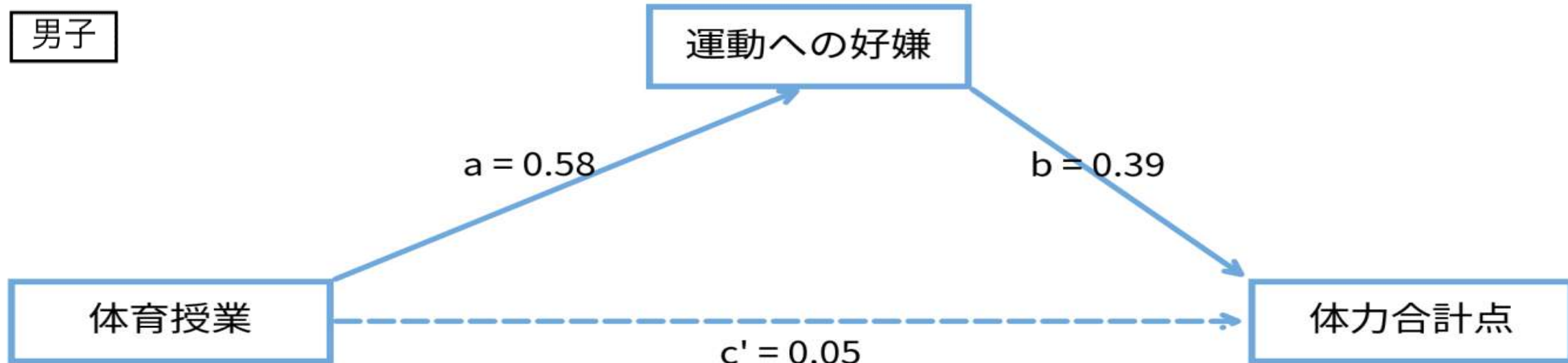
女子



・男女ともに、「運動が好き」が最も重要度が高く、「体育の授業以外の運動やスポーツの時間」に次いで、男子では、保健体育の授業で、進んで学習に参加している」、女子では、「いろいろな種目を体験したときに授業が楽しいと感じること」の項目が上位に位置しており、運動への好意や運動時間の確保のほか、保健体育の授業に関する内容の重要度が高い

小学校

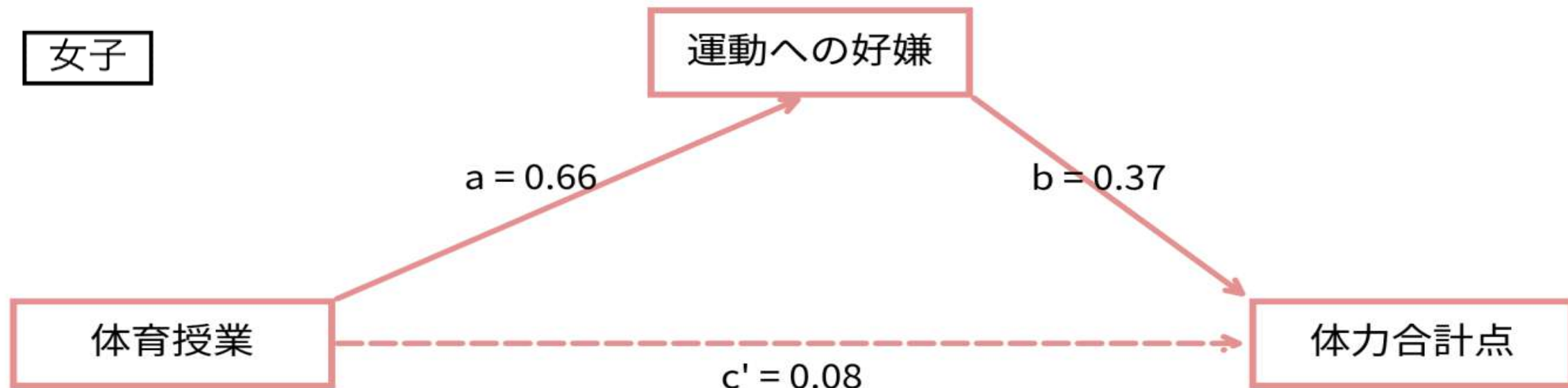
体育授業と体力合計点との関連構造を検討するため、体力合計点を従属変数、体育授業に関する項目を独立変数、運動への好嫌を媒介変数とし、重回帰分析(最小二乗法)に基づくパス解析を実施



- ・体育授業の評価と運動への好意への関連は大きく(a が高い)、授業の質が情意形成に強く関与
- ・運動への好意が体力合計点に一定の関連性を示し(b)、情意を媒介とした間接的な関係が確認される
- ・体育授業から体力への直接効果(c')は比較的小さく、好意を介した間接効果が中心的な構造
- ・すなわち、「授業が楽しい→運動が好きになる→体力が高まる」という流れが成立している可能性が示唆される

小学校

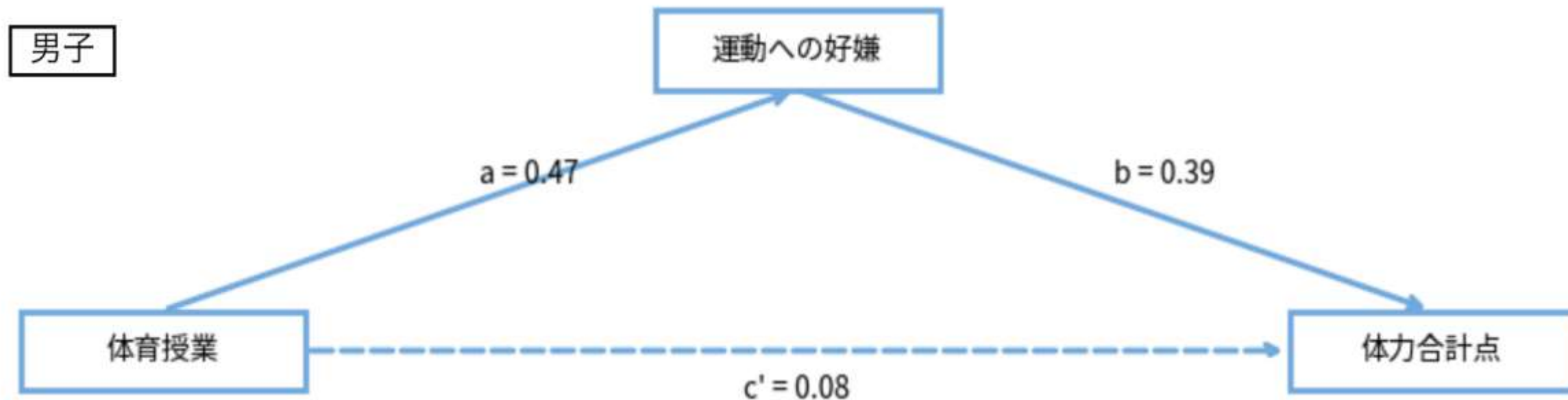
体育授業と体力合計点との関連構造を検討するため、体力合計点を従属変数、体育授業に関する項目を独立変数、運動への好嫌を媒介変数とし、重回帰分析(最小二乗法)に基づくパス解析を実施



- ・体育授業と運動への好意との関連は男子以上に大きく(a がより高い)、授業との関係性が非常に強い
- ・運動への好意が体力合計点との関連も安定し(b)、男子同様、情意を媒介とした間接的な関係が確認される
- ・直接効果(c')は男子と同様に小さく、ほぼ完全に近い好意を介した間接効果が中心的な構造
- ・特に女子では、「授業の質→好意形成」が体力に至る主要経路

中学校

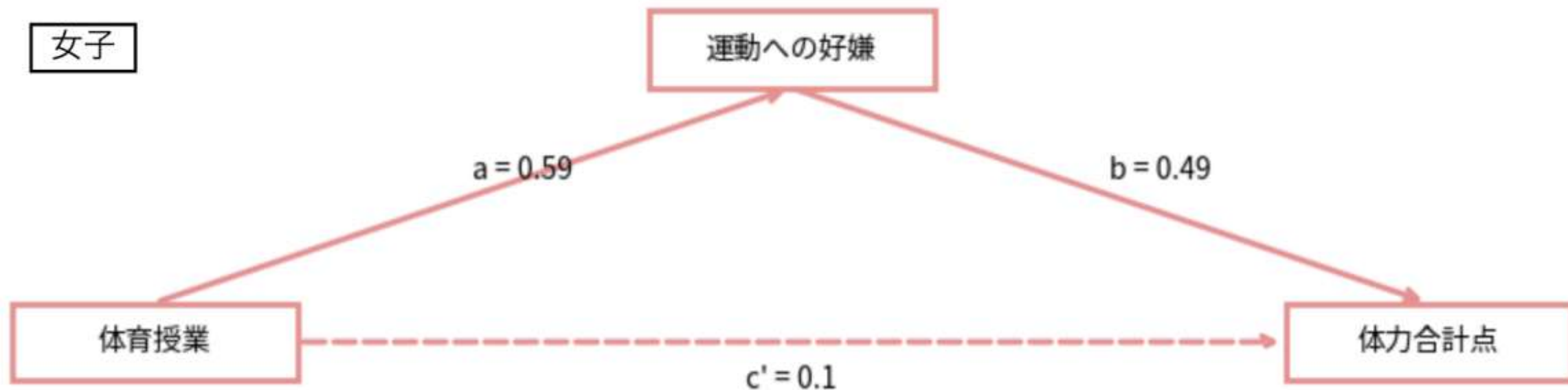
体育授業と体力合計点との関連構造を検討するため、体力合計点を従属変数、体育授業に関する項目を独立変数、運動への好嫌を媒介変数とし、重回帰分析(最小二乗法)に基づくパス解析を実施



- ・体育授業から運動への好嫌との関連(a)は大きく、体育授業への関わりや授業経験が、運動に対する好意的な意識と関連につながる傾向
- ・運動への好嫌から体力合計点への関連(b)も大きく、運動に対して肯定的な意識をもつ児童ほど体力が高い傾向
- ・一方で、体育授業から体力合計点への直接的な関連(c')は相対的に小さく、体育授業と体力との関係は、主として運動への好意的意識を介した経路として表れている可能性が示唆される

中学校

体育授業と体力合計点との関連構造を検討するため、体力合計点を従属変数、体育授業に関する項目を独立変数、運動への好嫌を媒介変数とし、重回帰分析(最小二乗法)に基づくパス解析を実施



- ・体育授業から運動への好嫌との関連 (a) は男子と同様に大きく、体育授業が運動に対する意識形成との関係につながる傾向
- ・運動への好嫌から体力合計点への関連 (b) も大きく、その大きさは男子よりも相対的に大きい傾向
- ・体育授業から体力合計点への直接的な関連 (c') は小さいものの、男子より、やや大きい値を示し、体育授業と体力との関係が部分的に直接的にも表れている可能性が示唆される

【分析2】のまとめ・授業改善に向けたポイント

- ☞ 体力合計点と授業改善に係る各質問調査項目の関係から、児童生徒が各項目の視点について、『いつも』、できたり、わかったりする」と実感できるように授業改善を図り、体力・運動能力の向上につなげることが重要
- ☞ 特に、体育・保健体育の授業において、
 - ・「目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と実感させることにより、体力合計点が向上する傾向
 - ・「友達と助け合ったり、教え合ったりして、学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と実感させることや、「タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と実感させることにより、主体的に学習に取り組む意欲が向上する傾向
 - ・「友達と助け合ったり、教え合ったりして、学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と実感させることや、「目標(ねらい・めあて)を意識して学習することで、『できたり、わかったり』することがある」と実感させることにより、「授業は楽しい」という実感につながる傾向
 - ・「楽しくないと思っている児童生徒は、『できないことができるようになったら』、『自分に合ったペースで行うことができたなら』今より授業が楽しくなる」と思っている割合が高い傾向
- ☞ 「体育・保健体育の授業が楽しい」と実感させることにより、「運動やスポーツが好き」という意欲を醸成(生涯にわたる豊かなスポーツライフを営むための資質・能力の育成)することが重要
- ☞ 体力・運動能力の向上に向けて、学校全体での組織的な授業改善の推進が重要

【分析2】のまとめ・授業改善に向けたポイント

学校全体の組織的な授業改善の推進

【組織的に授業づくりを推進している学校で大切にされているポイント】

- 小 「技や動きができるようになること」、「仲間と協力して課題を解決させること」
- 中 「苦手意識をもたせないこと」、「自ら工夫して練習やゲームができるようにすること」

友達と助け合ったり、教え合ったりしながら
学習する場面の設定（協働的な学びの充実）
→ 体育授業の楽しさを味わい、授業に対する意欲を向上

個に応じた指導の充実（個別最適な学びの充実）
→ 自分に合ったペースで運動に取り組むことができる場の設定

単元や本時の目標（ねらい・めあて）を明確にして、児童生徒と共有し、その目標を授業の中で意識させる指導の工夫
→ 児童生徒一人一人が「何ができるようになればよいか」を明確にして取り組むことで、体力・運動能力が向上

体育・保健体育の授業が
楽しいという思いを醸成

進んで体育・保健体育の学習
に参加

デジタル学習基盤（ICT）を活用した体育・保健体育授業の充実
ICTの効果的な活用が、主体的な学びや協働的な学びの実現に向けた指導の手立てを促進

生涯にわたる豊かなスポーツライフを
実現するための資質・能力の育成

テーマ分析3

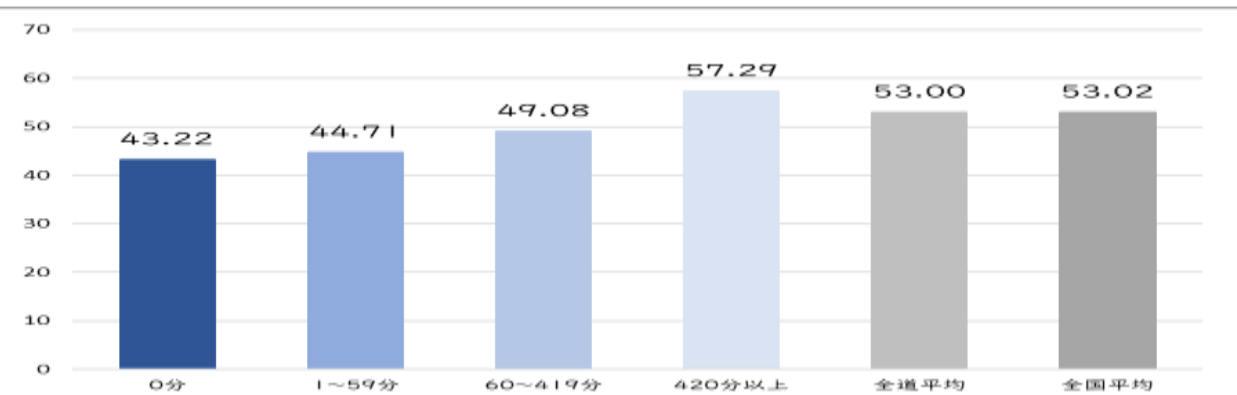
児童生徒の望ましい 運動習慣や生活習慣の確立

ここでは、児童生徒質問調査の結果や体力合計点から、児童生徒の運動時間と体力合計点の関係や、運動への意識と運動時間や生活習慣との関係等について分析している。

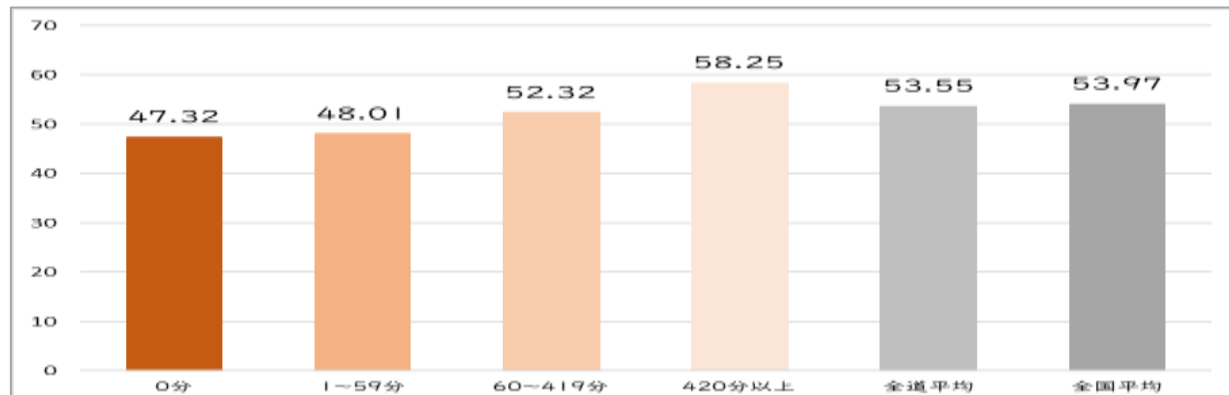
分析3

(1-1) 体力合計点×1週間の総運動時間

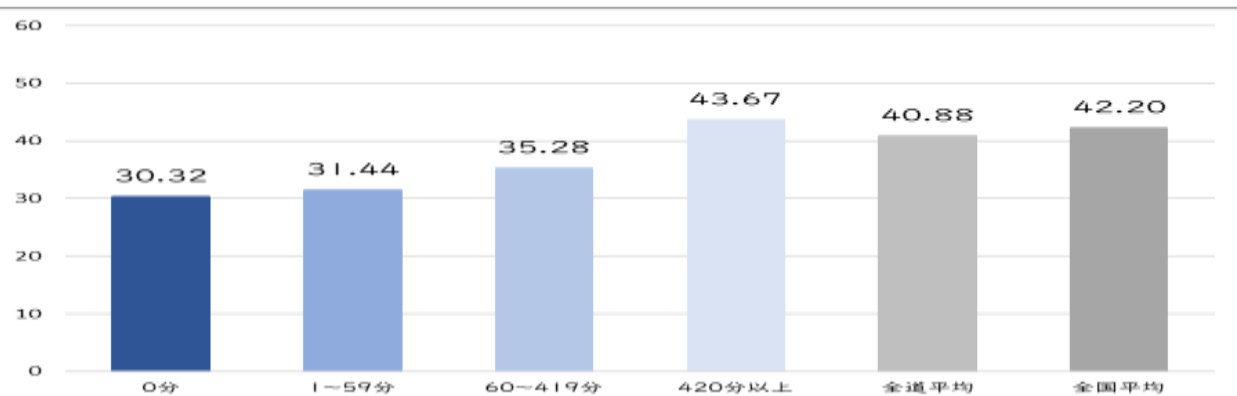
小学校男子



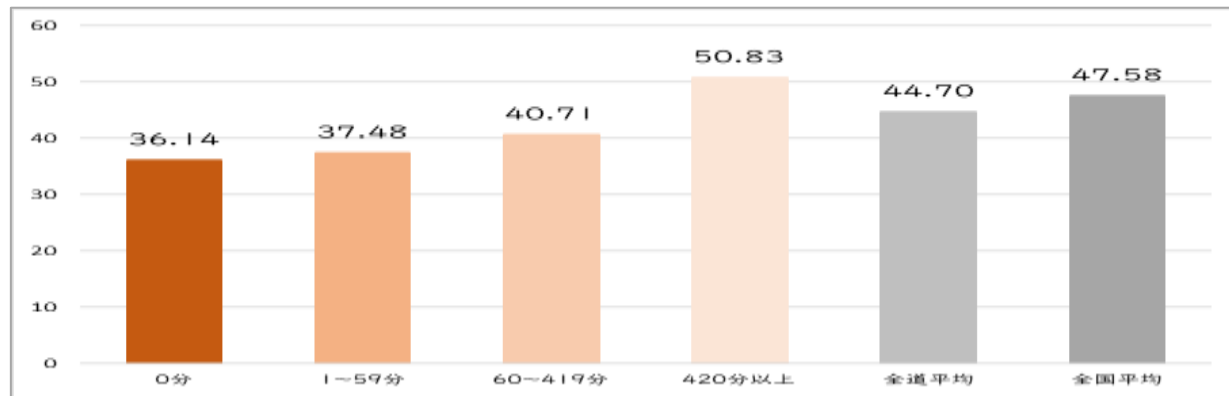
小学校女子



中学校男子



中学校女子

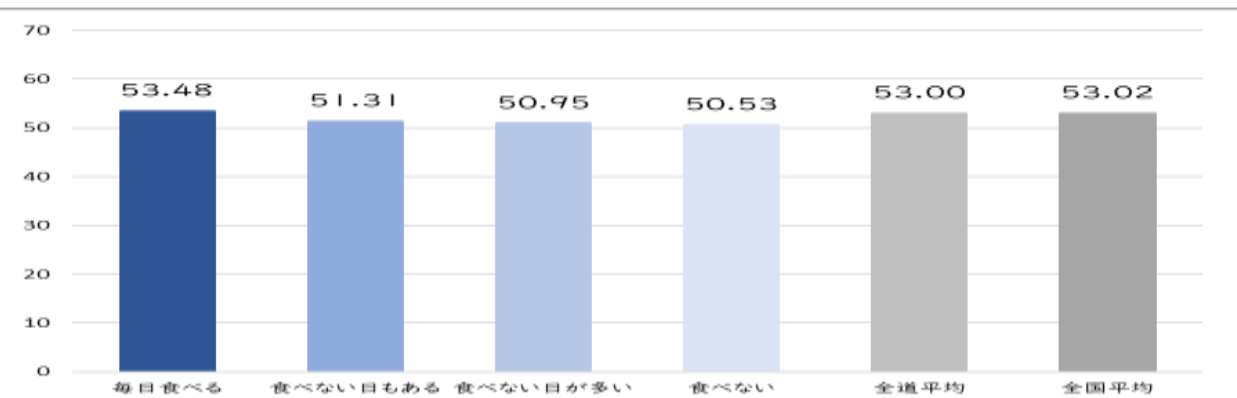


・小・中学校男女ともに、1週間の総運動時間が420分未満の3つの群において、体力合計点が全国平均を下回っている

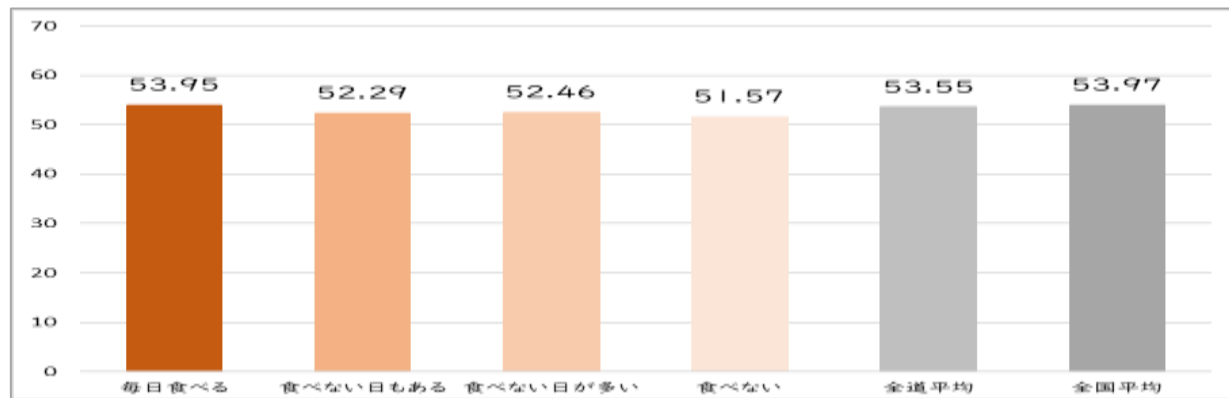
分析3

(1-2) 体力合計点×朝食の摂取状況

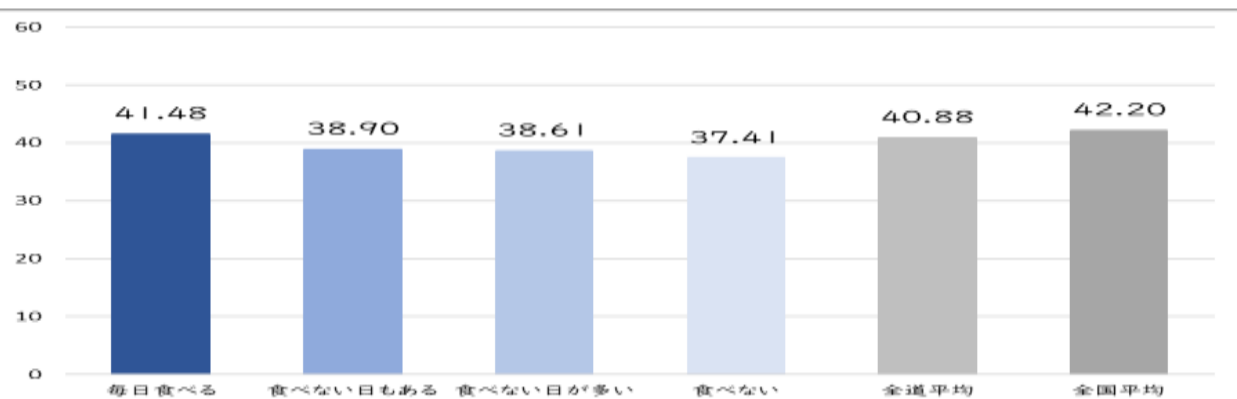
小学校男子



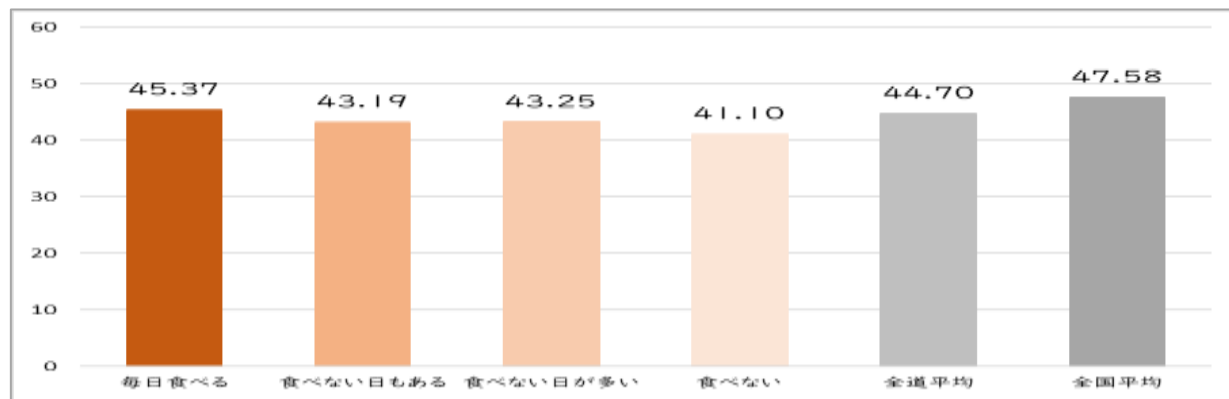
小学校女子



中学校男子



中学校女子

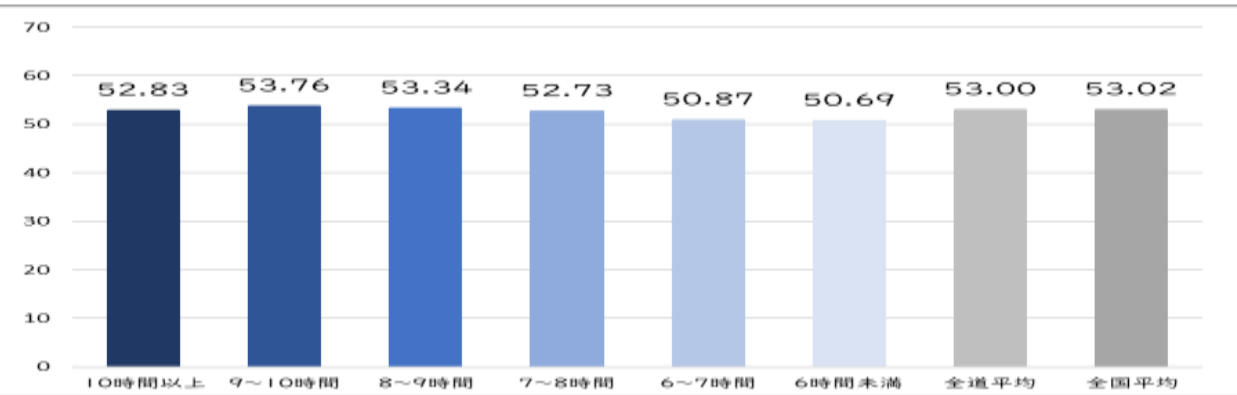


・小学校男子の「朝食を毎日食べる」の群において、体力合計点が全国平均を上回っているものの、小学校女子及び中学校男女の全ての群において、体力合計点が全国平均を下回っている

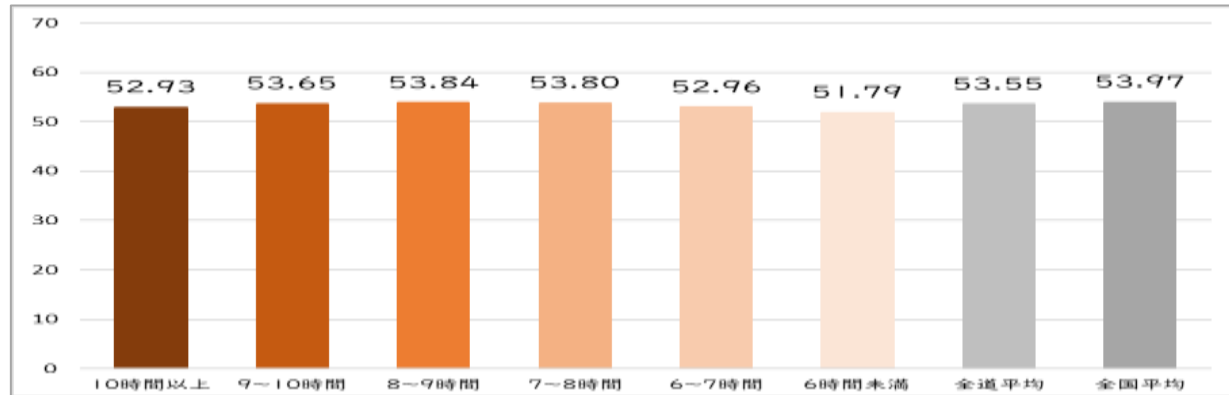
分析3

(1-3) 体力合計点×睡眠時間

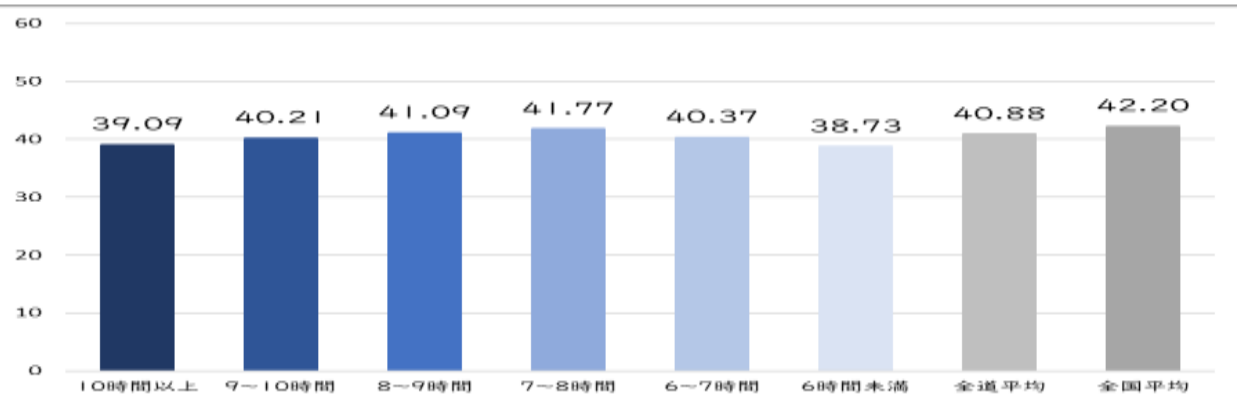
小学校男子



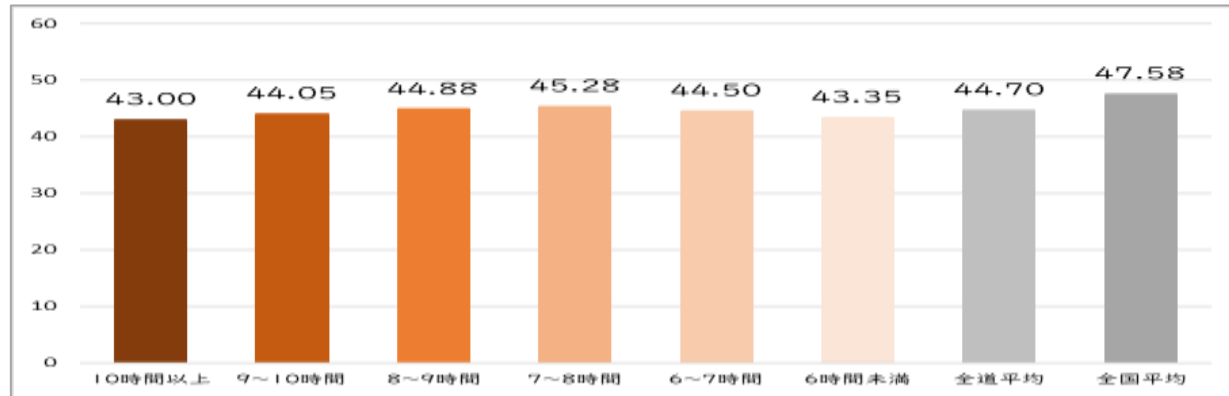
小学校女子



中学校男子



中学校女子

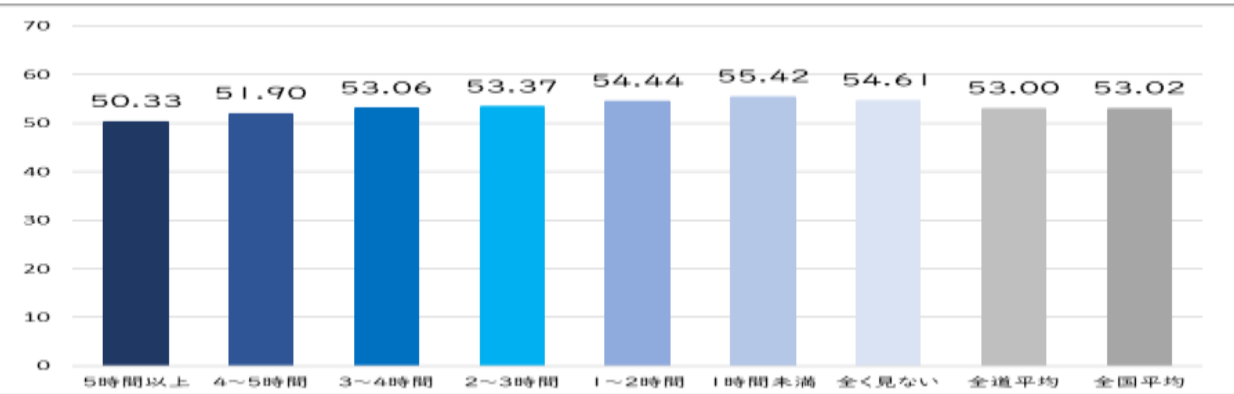


- ・小学校男子の睡眠時間が「9~10時間」の群及び「8~9時間」の群において、体力合計点が全国平均を上回っている
- ・小学校女子及び中学校男女の全ての群において、体力合計点が全国平均を下回っている

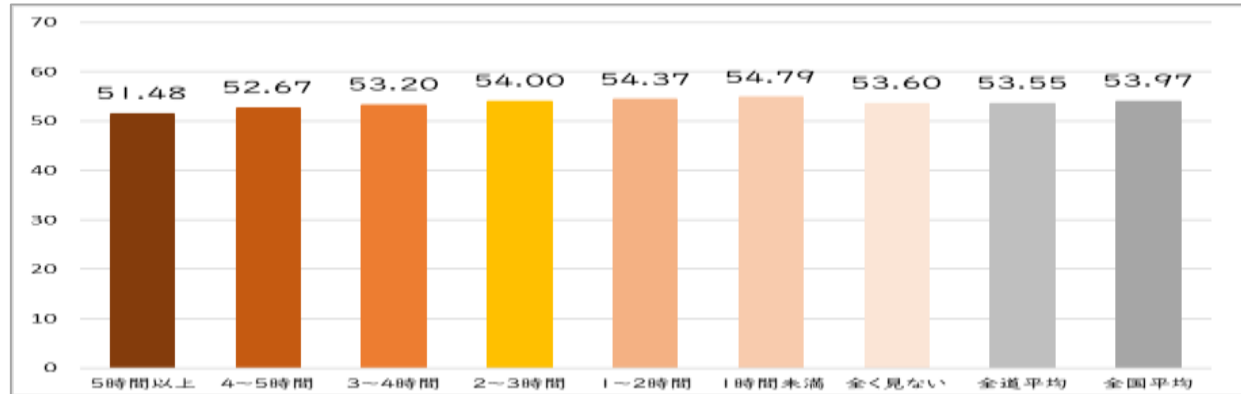
分析3

(1-4) 体力合計点×平日1日のスクリーンタイムの状況

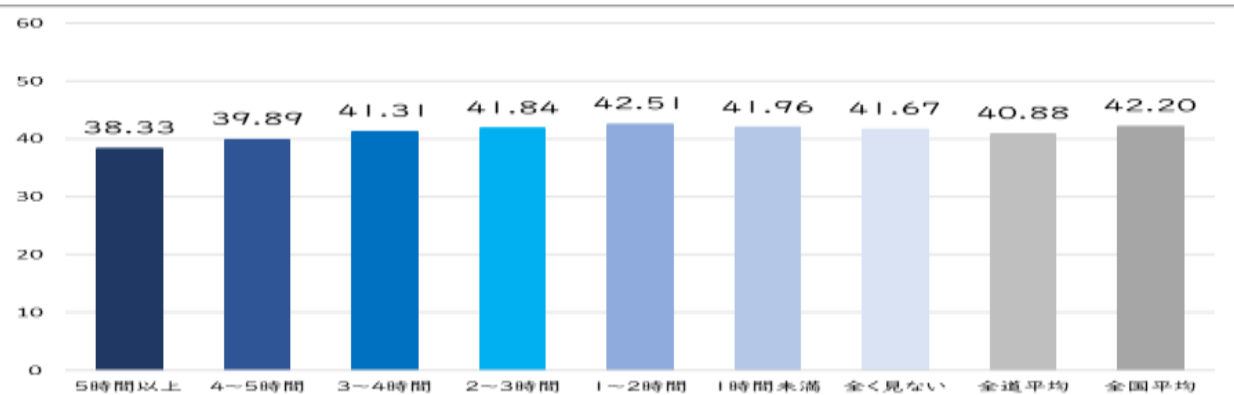
小学校男子



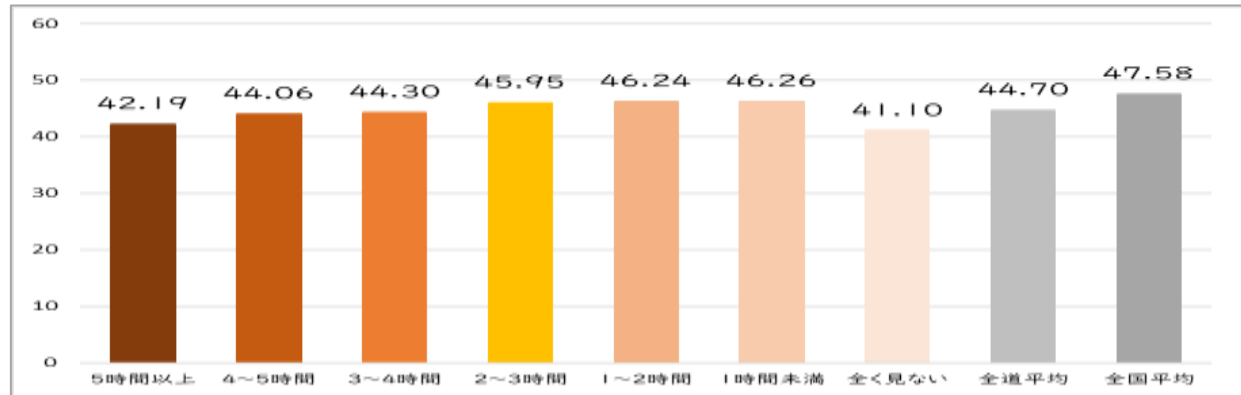
小学校女子



中学校男子



中学校女子

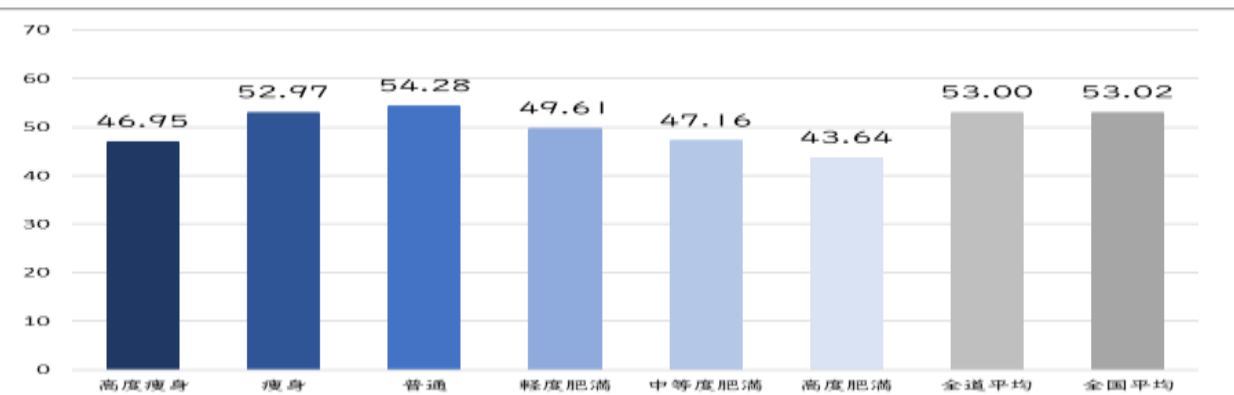


- ・小学校男子の「4時間以上」、小学校女子の「3時間以上」使用している群において、体力合計点が全国平均を下回っている
- ・中学校男子の「1~2時間」使用している群以外は、体力合計点が全国平均を下回っており、中学校女子の全ての群において、全国平均を下回っている

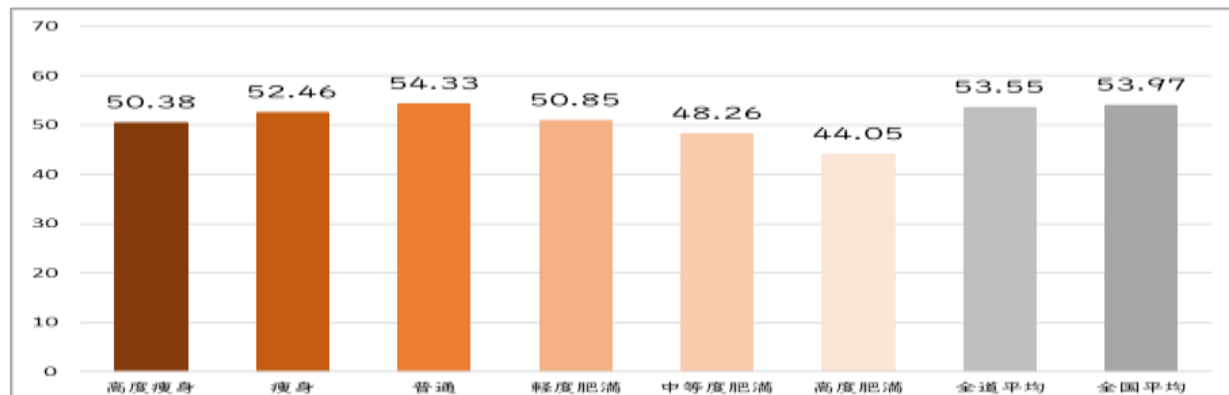
分析3

(1-5) 体力合計点×肥満度

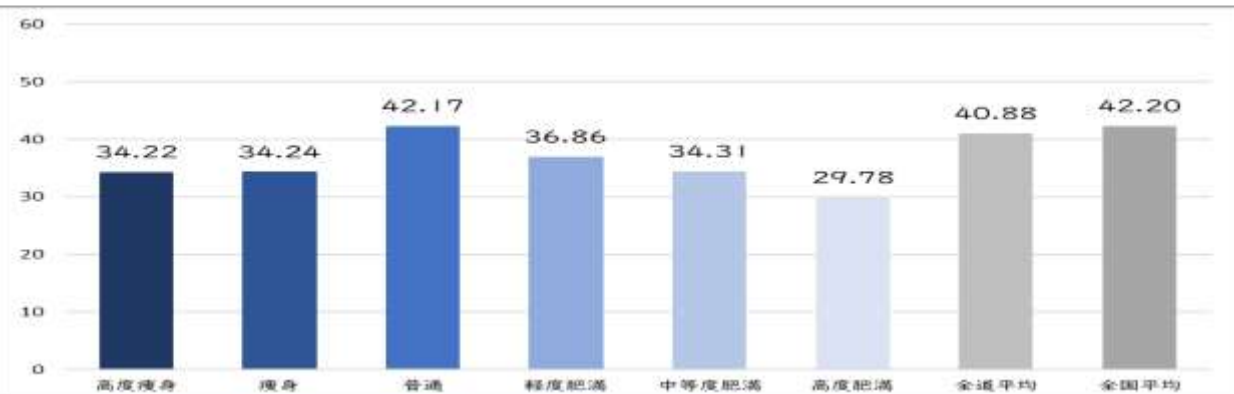
小学校男子



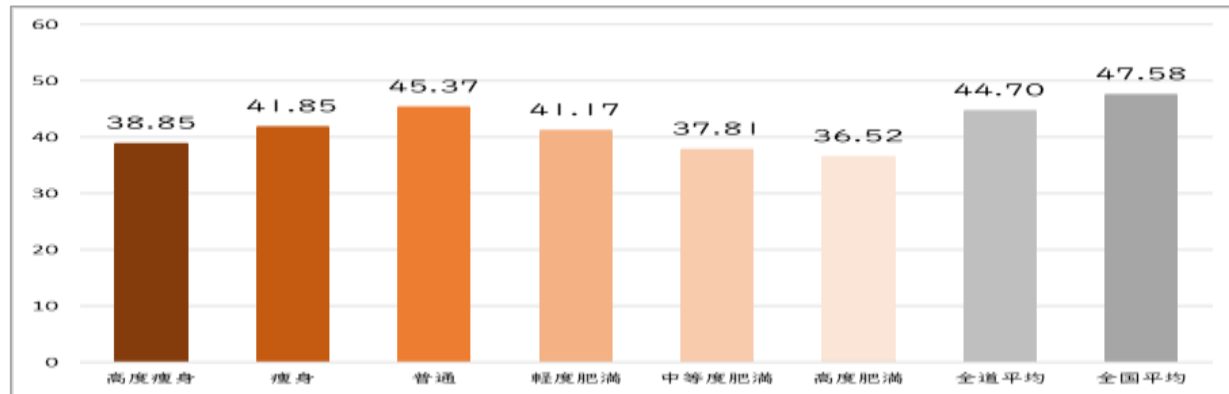
小学校女子



中学校男子



中学校女子

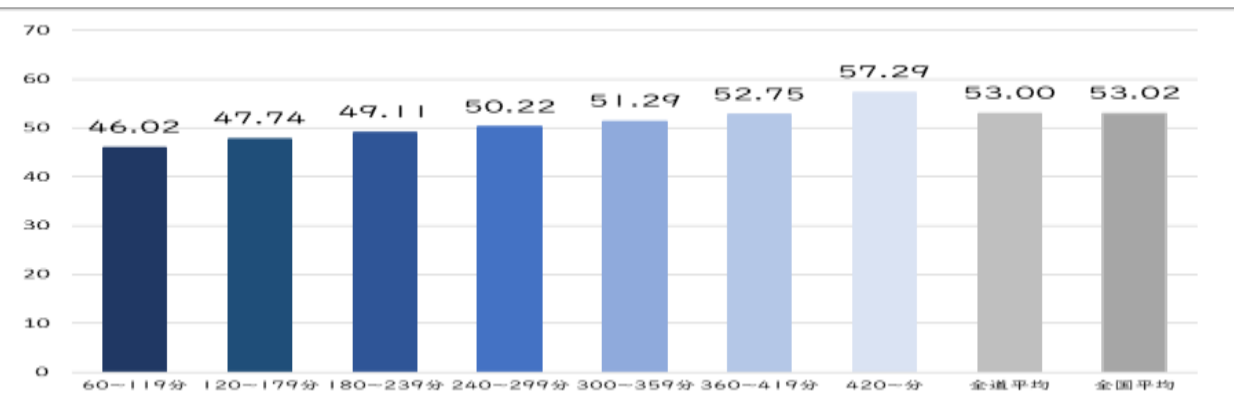


- ・小学校男女の肥満度が「普通」の群において、体力合計点が全国平均を上回っている
- ・中学校男女の全ての群において、体力合計点が全国平均を下回っており、肥満度が「普通」の群において、体力合計点が最も高い

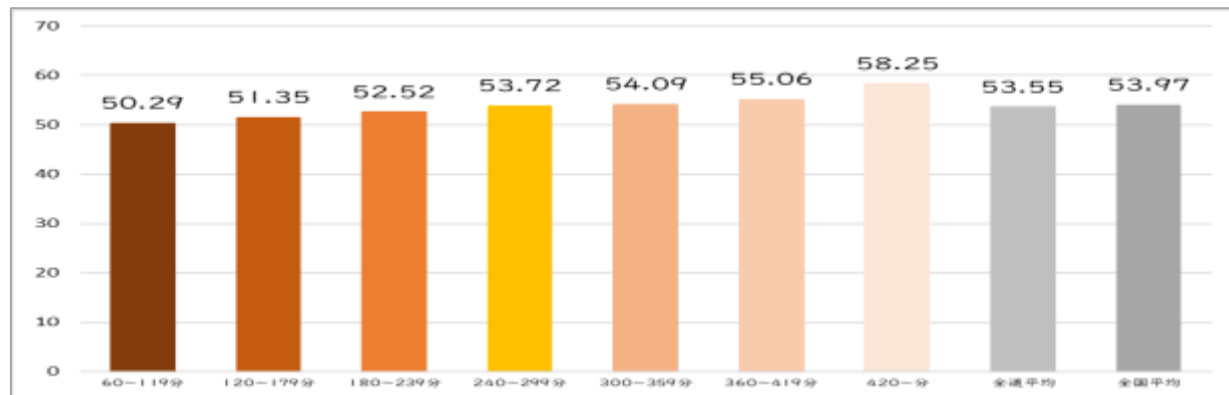
分析3

(2-1) 1週間の総運動時間(60分以上)×体力合計点

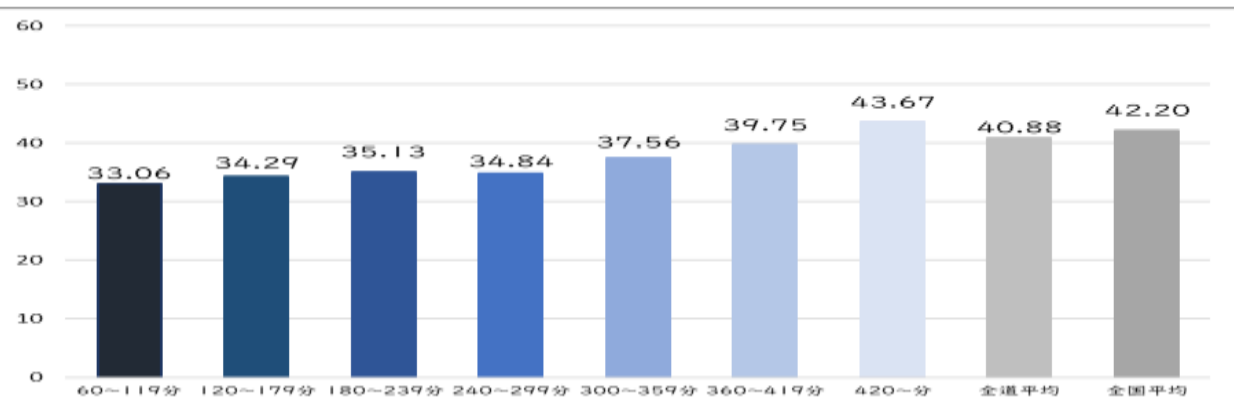
小学校男子



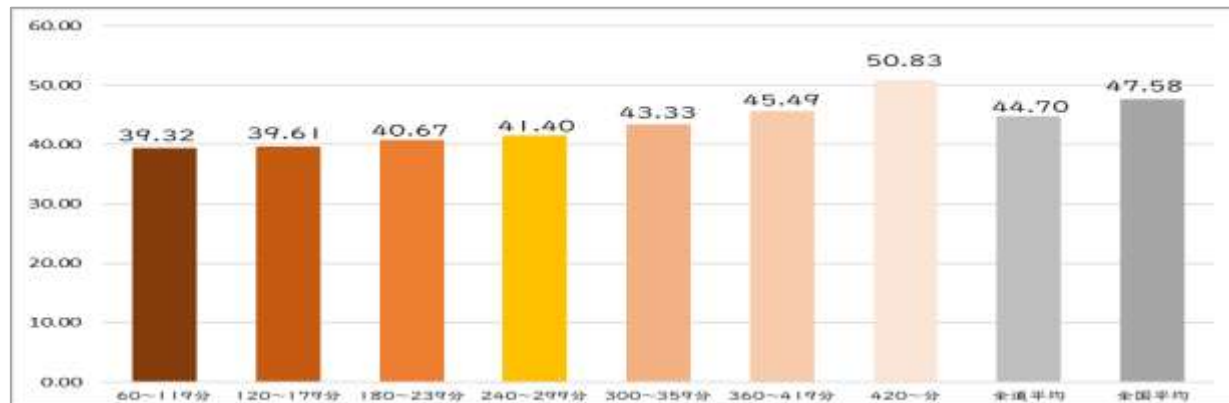
小学校女子



中学校男子



中学校女子

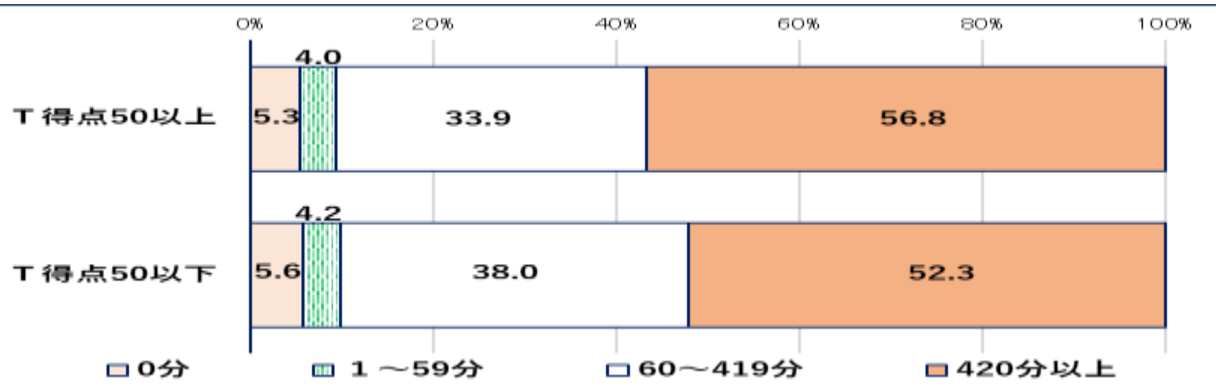


- ・小学校男子の「420分以上」、小学校女子の「300分以上」の群において、体力合計点が全国平均を上回っている
- ・中学校男女ともに、「420分以上」の群において、体力合計点が全国平均を上回っている

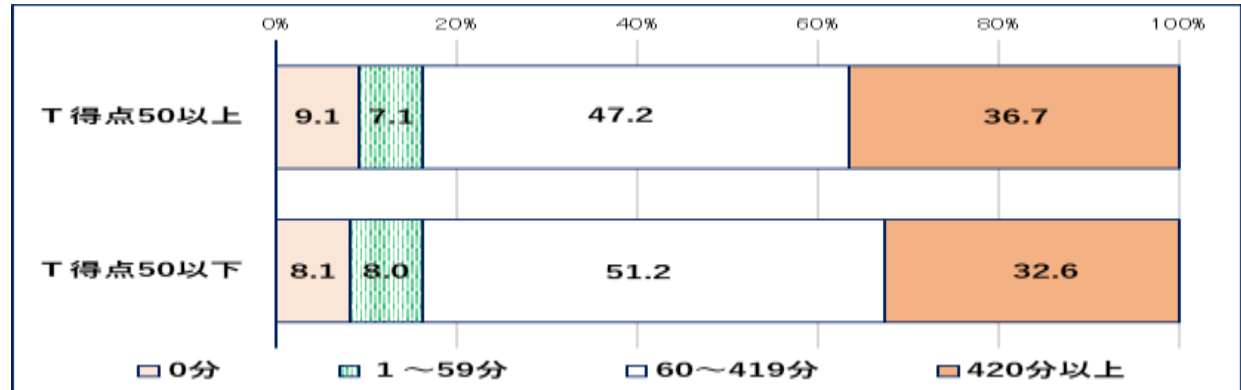
分析3

(2-2) 体力合計点T得点×1週間の総運動時間

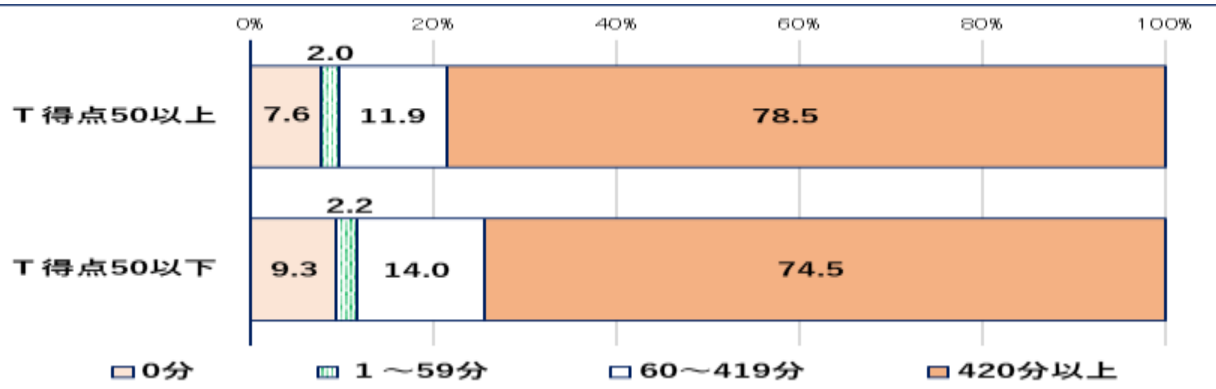
小学校男子



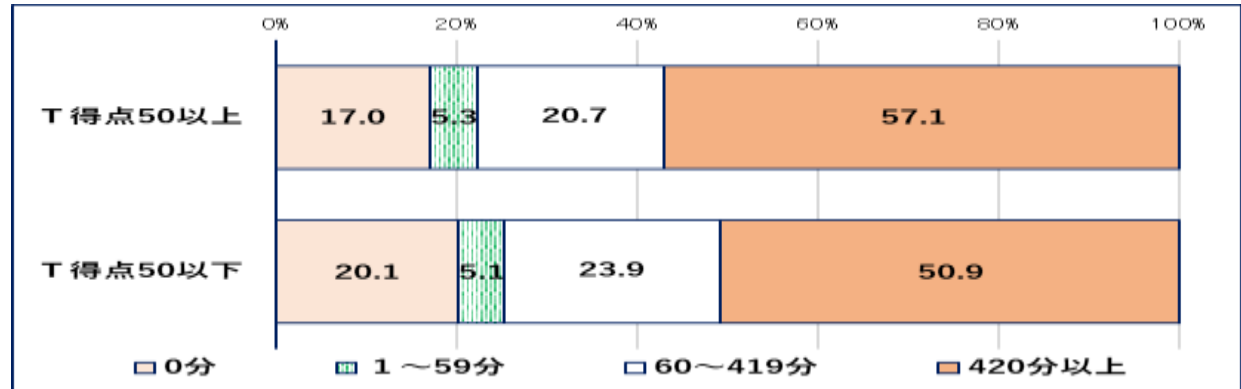
小学校女子



中学校男子



中学校女子

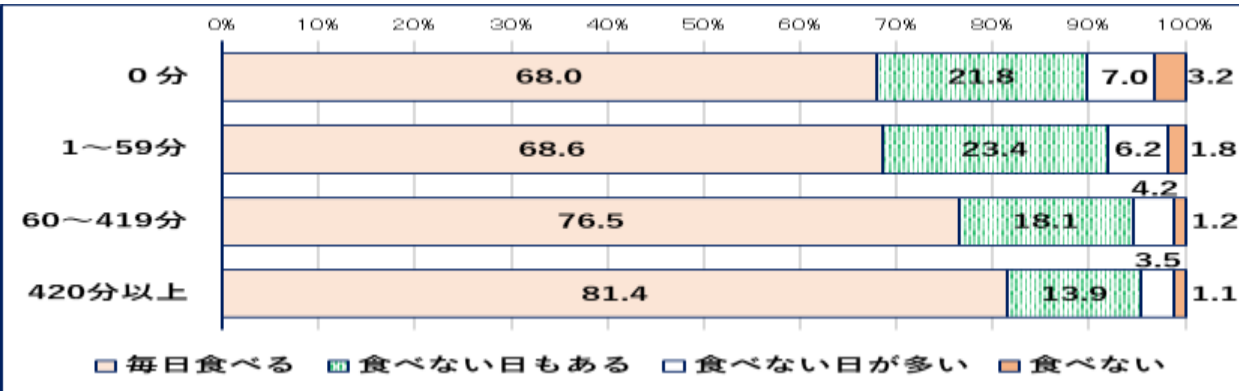


- ・小学校男女ともに、T得点50以上の学校において、運動時間60分未満の児童の割合に大きな差は見られないが、「420分以上」運動している児童の割合が高い
- ・中学校男女ともに、T得点50以上の学校において、運動時間60分未満の生徒の割合が低く、「420分以上」運動している生徒の割合が高い

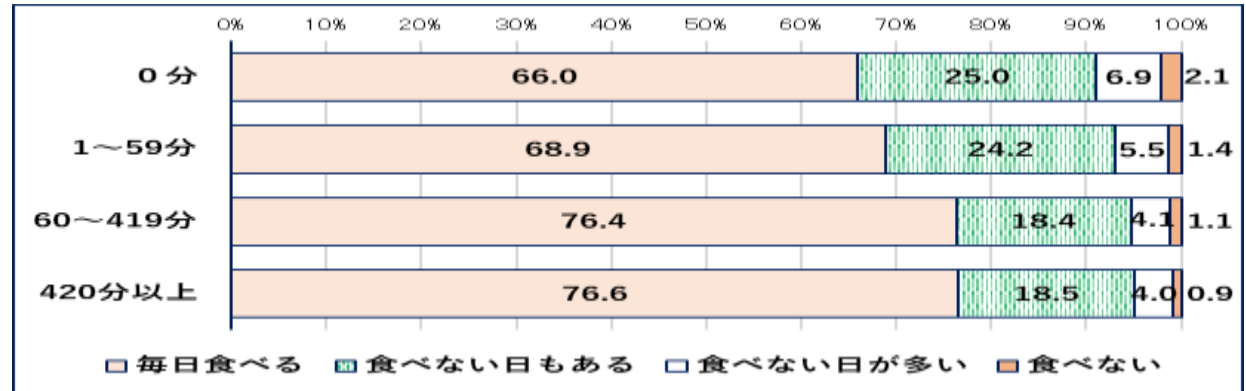
分析3

(2-3) 1週間の総運動時間×朝食の摂取状況

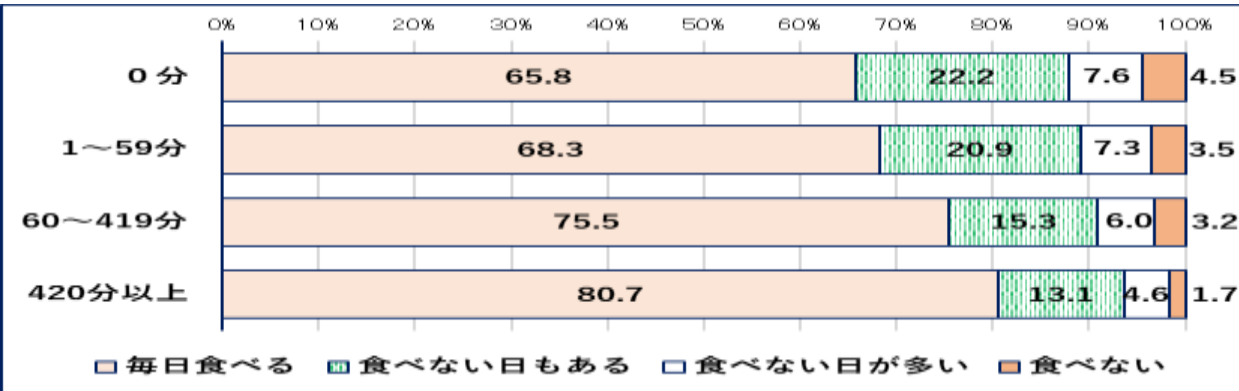
小学校男子



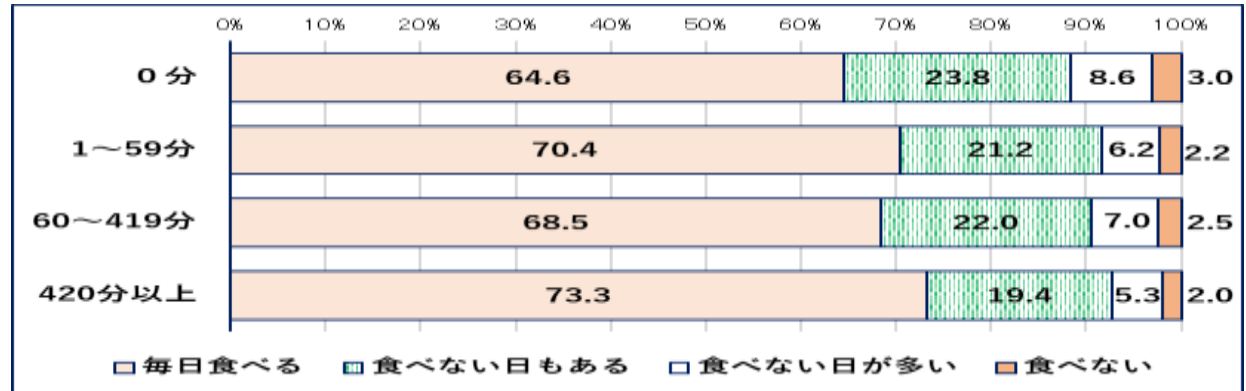
小学校女子



中学校男子



中学校女子



・小・中学校男女ともに、運動時間が「420分以上」の群において、「朝食を毎日食べる」割合が最も高く、運動時間が「0分」の群において、「朝食を毎日食べる」割合が低く、「朝食を食べない」割合が最も高い

分析3

(2-4) 1週間の総運動時間×平日1日のスクリーンタイムの状況

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

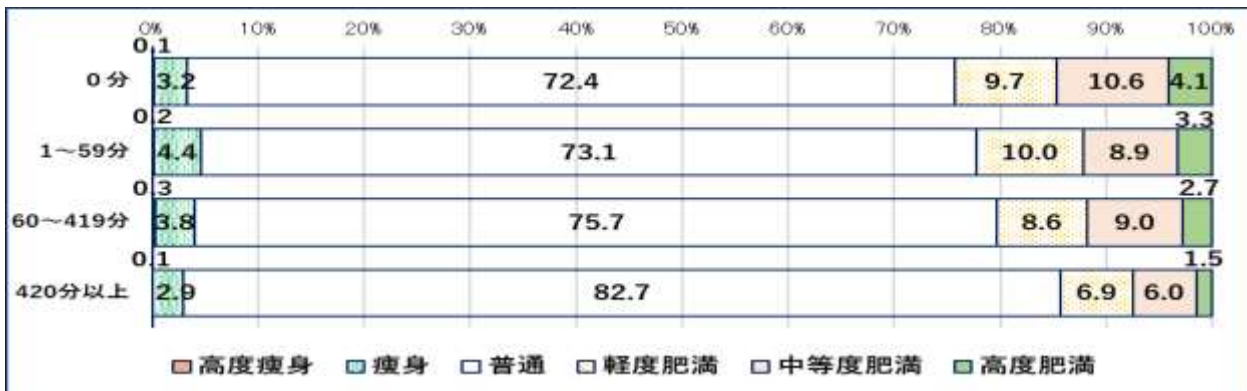


・小・中学校男女ともに、1日の総運動時間が少ない群ほど、1日のスクリーンタイムが長い児童生徒の割合が高くなり、特に、「5時間以上」視聴している児童生徒の割合が高い

分析3

(2-5) 1週間の総運動時間×肥満度

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子



- ・小・中学校男女ともに、運動時間が「420分以上」の群において、肥満度が「普通」の児童生徒の割合が高い
- ・1日の総運動時間が増加するほど、肥満傾向児が減少する傾向が見られる

分析3

(2-6) 朝食の摂取状況×平日1日のスクリーンタイムの状況

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子



・小・中学校男女ともに、「朝食を毎日食べる」児童生徒ほど、スクリーンタイムが短く、「朝食を食べない」児童生徒ほど、スクリーンタイムが「5時間以上」の児童生徒の割合が高い

分析3

(2-7) 朝食の摂取状況×肥満度

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子



- ・小・中学校男女ともに、「朝食を毎日食べる」の群において、肥満傾向の児童生徒の割合が低い
- ・小学校男女ともに、中学校と比べ、朝食の摂取頻度が肥満度に関係している傾向が見られる

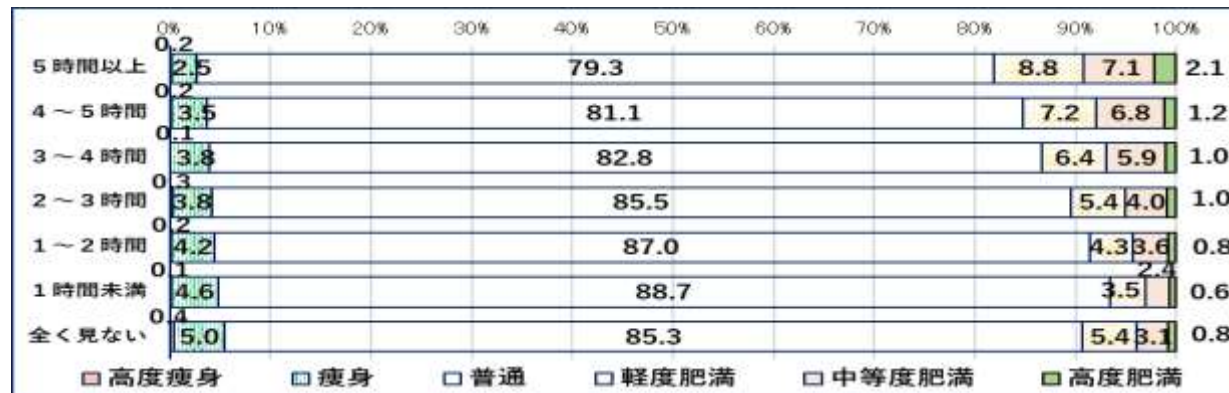
分析3

(2-8) 平日1日のスクリーンタイムの状況×肥満度

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子



・小・中学校男女ともに、スクリーンタイムが増加するほど、肥満傾向の児童生徒の割合が高い傾向が見られる

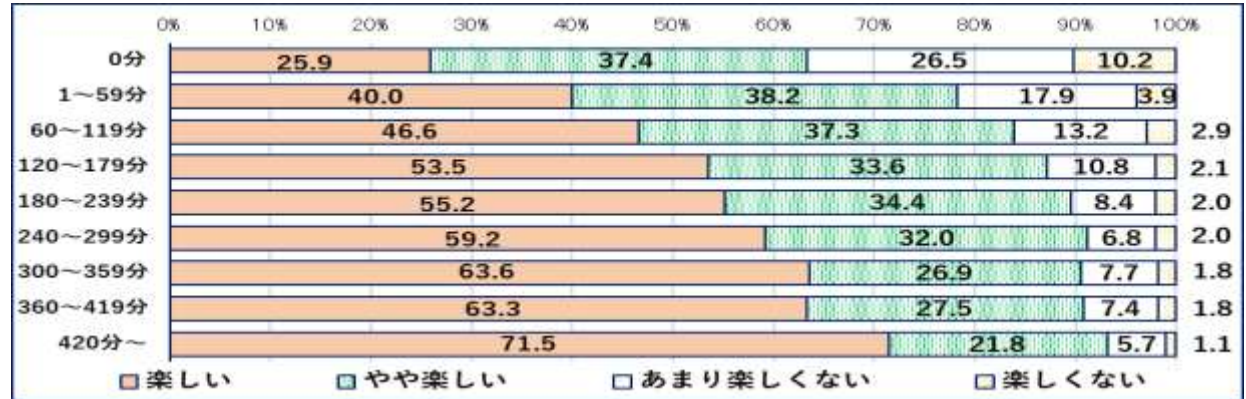
分析3

(3-1) 1日の総運動時間×体育・保健体育の授業は楽しい

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子



・小・中学校男女ともに、1日の総運動時間が長い児童生徒ほど、「体育の授業は楽しい」と感じている児童生徒の割合が高い

分析3

(3-2) 1日の総運動時間× 体育・保健体育の授業では、進んで学習している

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子



・小・中学校男女ともに、1日の総運動時間が長い児童生徒ほど、「体育・保健体育の授業では、進んで学習に取り組んでいる」傾向が見られる

分析3

(3-3) 1日の総運動時間×目標を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがある

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

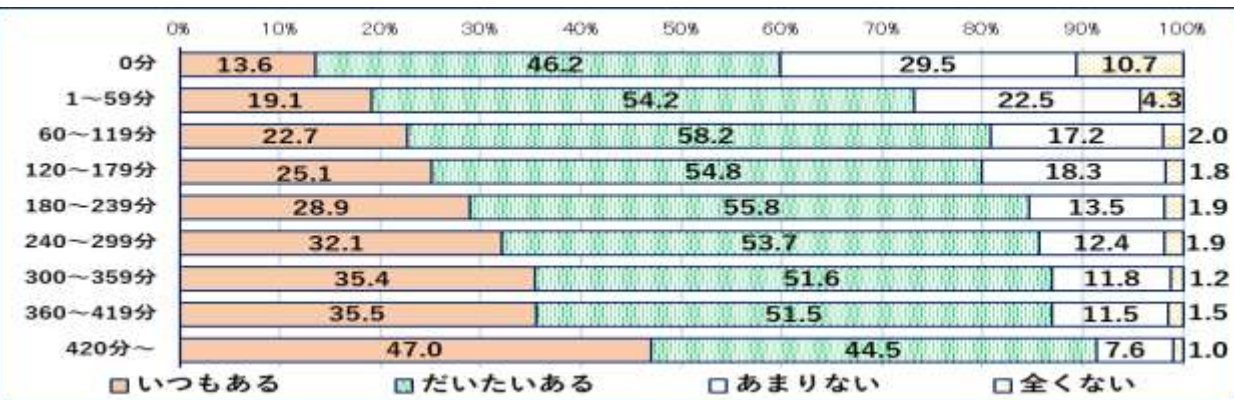


・小・中学校男女ともに、1日の総運動時間が長い児童生徒ほど、「目標を意識した学習で、『できたり、わかったり』することを実感している」傾向が見られる

分析3

(3-4) 1日の総運動時間×友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがある

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子



・小・中学校男女ともに、1日の総運動時間が長い児童生徒ほど、「友達と助け合ったり、教え合ったりした学習で、『できたり、わかったり』することを実感している」傾向が見られる

分析3

(3-5) 1日の総運動時間×タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがある

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

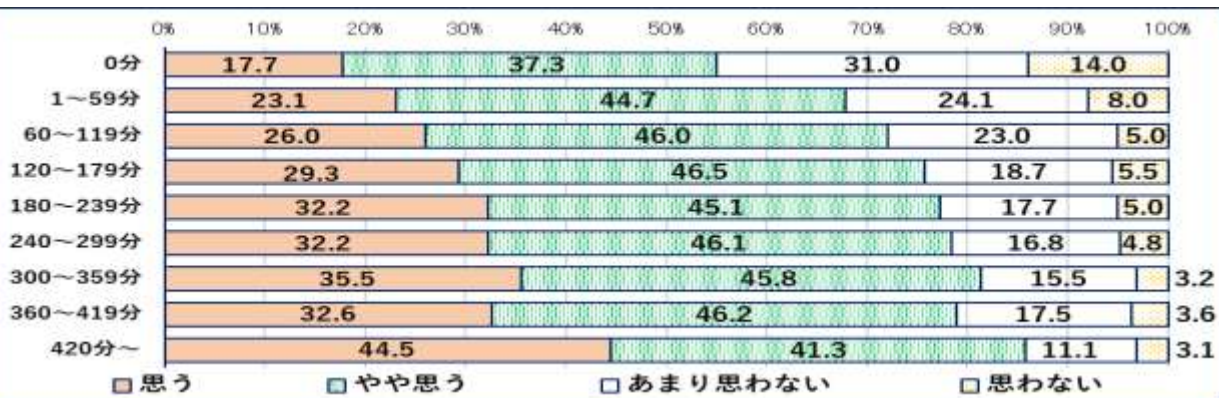


・小・中学校男女ともに、1日の総運動時間が長い児童生徒ほど、「タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することを実感している」傾向が見られる

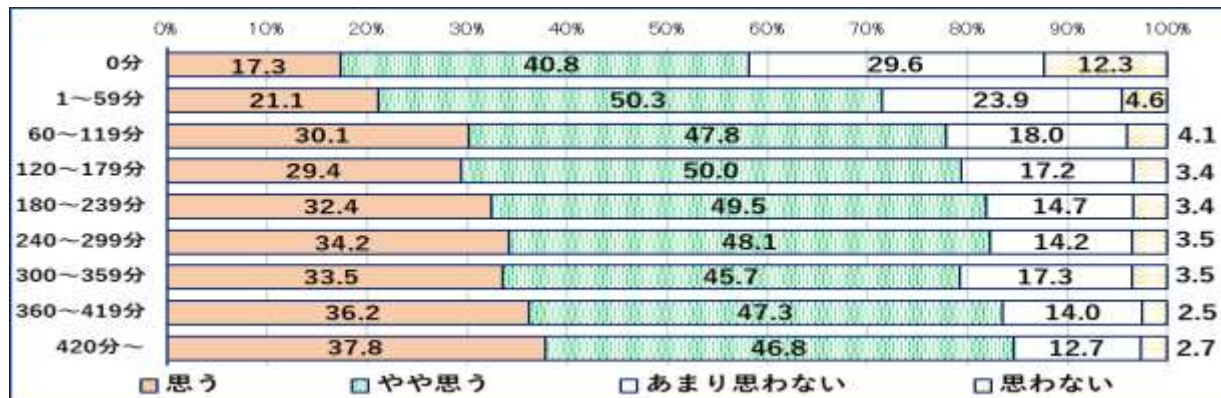
分析3

(3-6) 1日の総運動時間×保健の授業で学習した運動、食事、休養および睡眠に気をつけた生活を送れていると思う

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

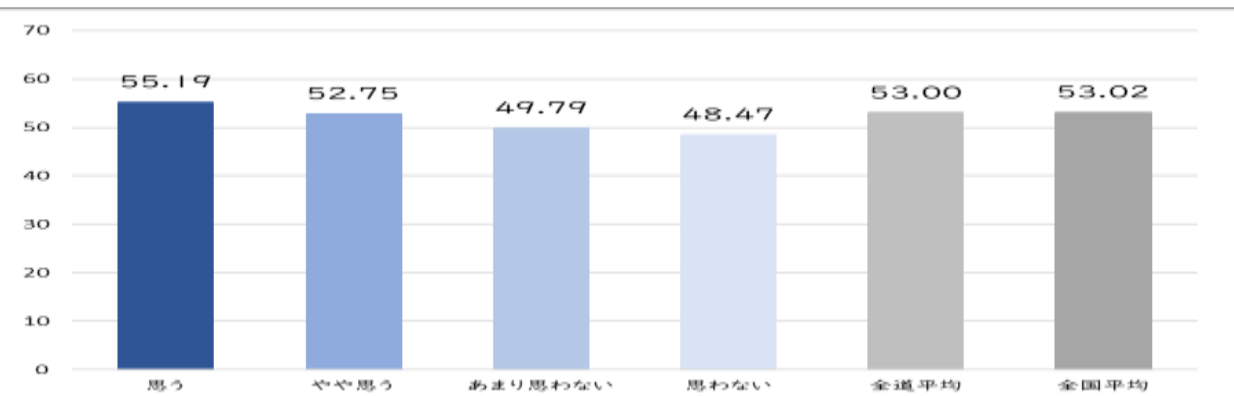


・小・中学校男女ともに、1日の総運動時間が長い児童生徒ほど、「保健の授業で学習した運動、食事、休養および睡眠に気をつけた生活を送れていると思っている」傾向が見られる

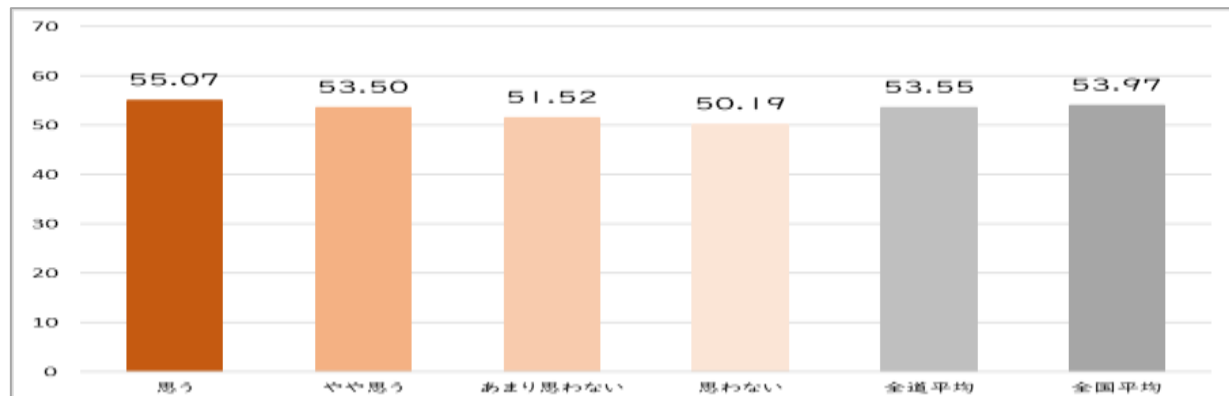
分析3

(3-7) 保健の授業で学習した運動、食事、休養および睡眠に気をつけた生活を送れていると思う × 体力合計点

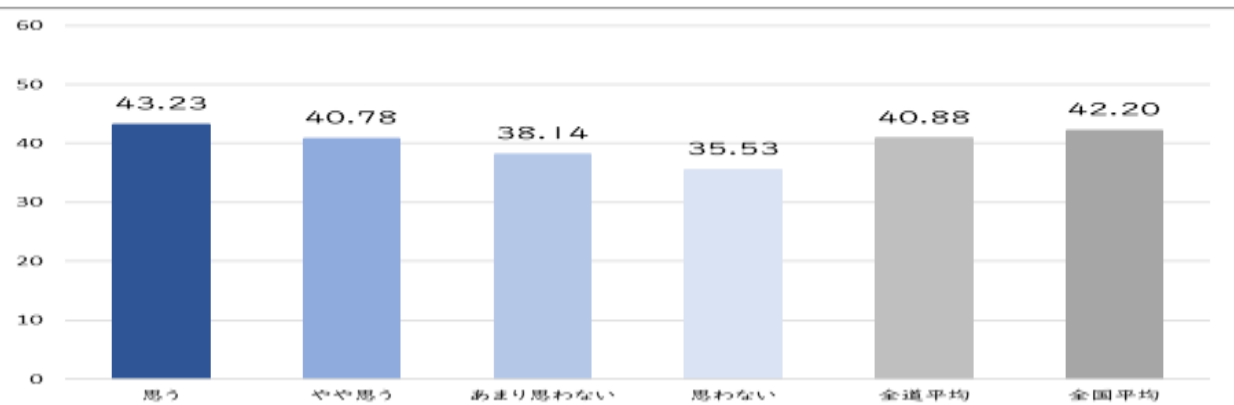
小学校男子



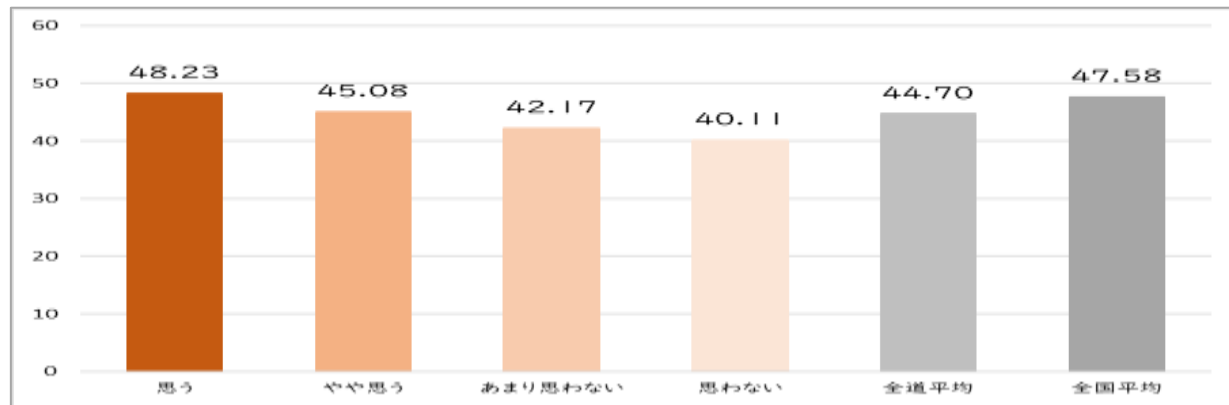
小学校女子



中学校男子



中学校女子

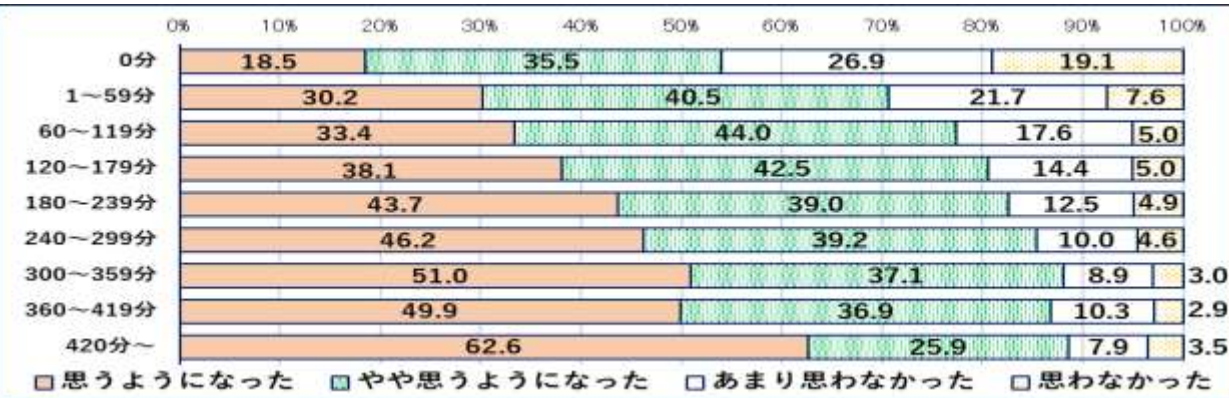


・小・中学校男女ともに、「保健の授業で学習した運動、食事、休養および睡眠に気をつけた生活を送れていると思う」と回答している児童生徒は、体力合計点が全国平均を上回っている

分析3

(3-8) 1日の総運動時間×保健を学習して、もっと運動しようと思ったか

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

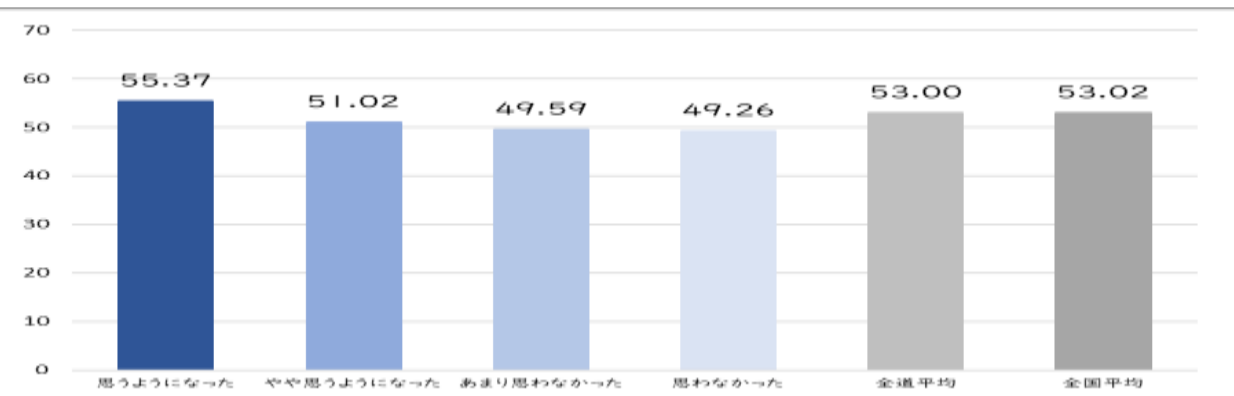


・小・中学校男女ともに、1日の総運動時間が長い児童生徒ほど、「保健を学習したことにより、もっと運動しようと思うようになった」傾向が見られる

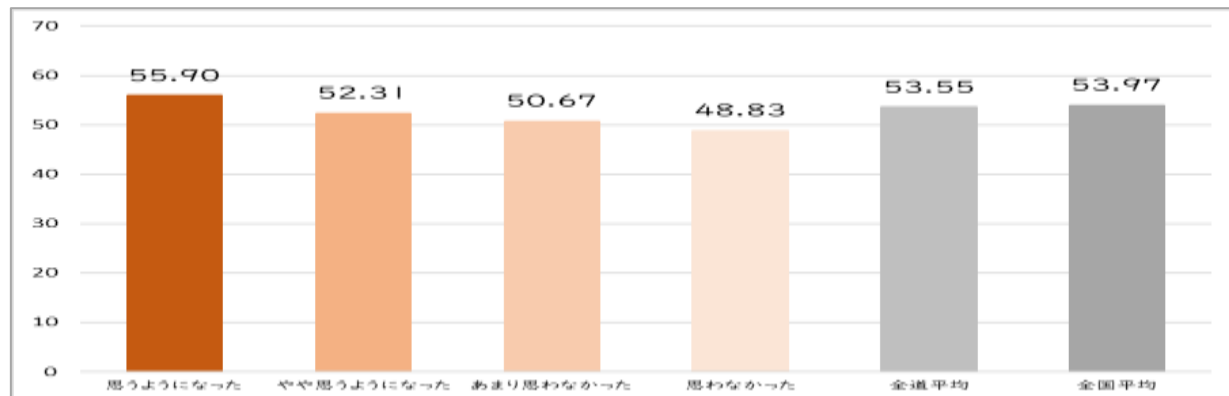
分析3

(3-9) 保健を学習して、もっと運動しよう × 体力合計点 と思ったか

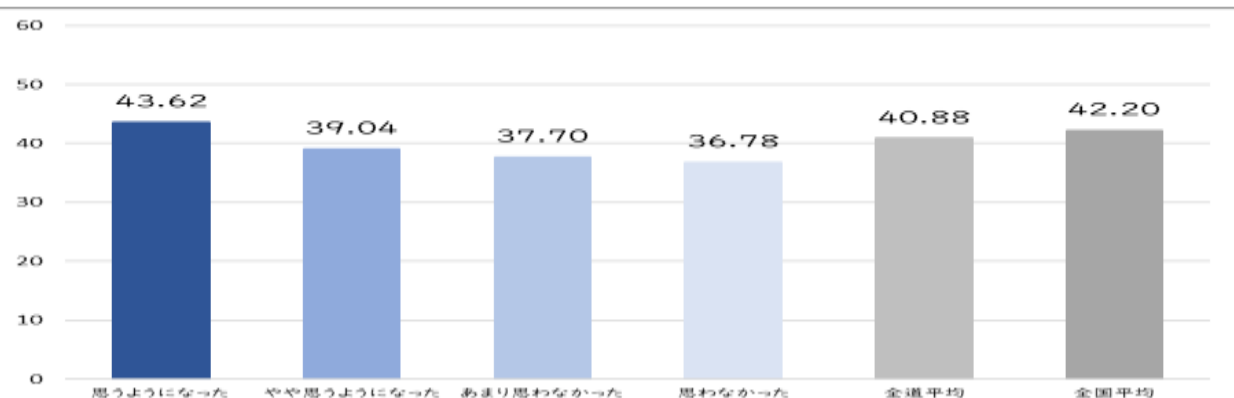
小学校男子



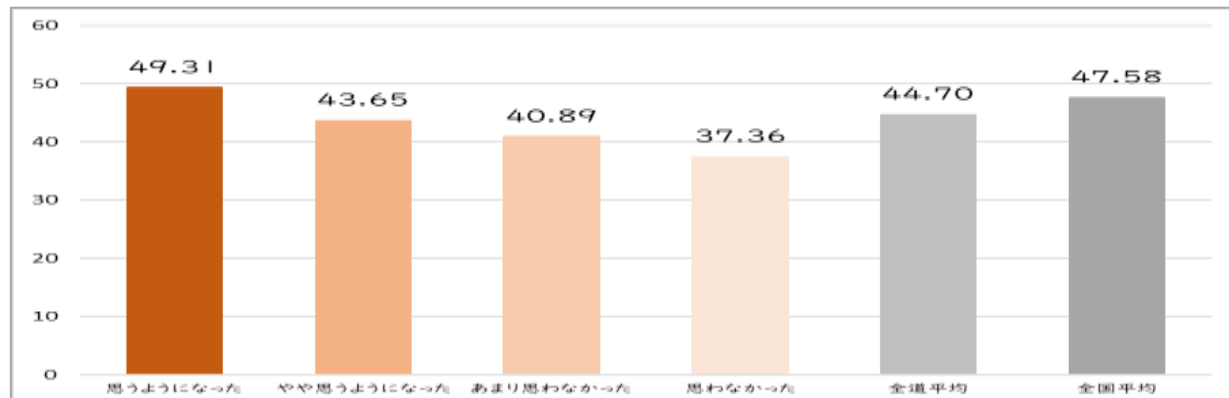
小学校女子



中学校男子



中学校女子

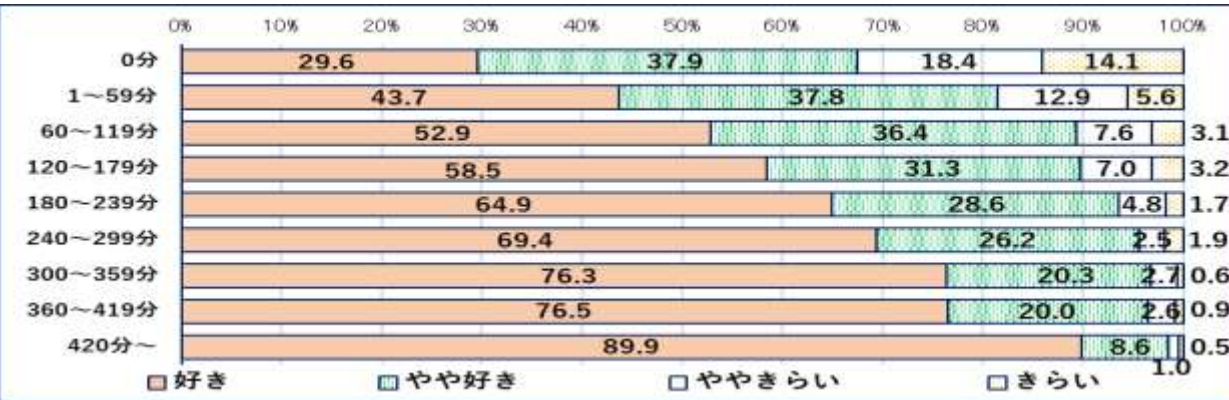


・小・中学校男女ともに、「保健を学習して、もっと運動しようと思うようになった」と回答している児童生徒は、体力合計点が全国平均を上回っている

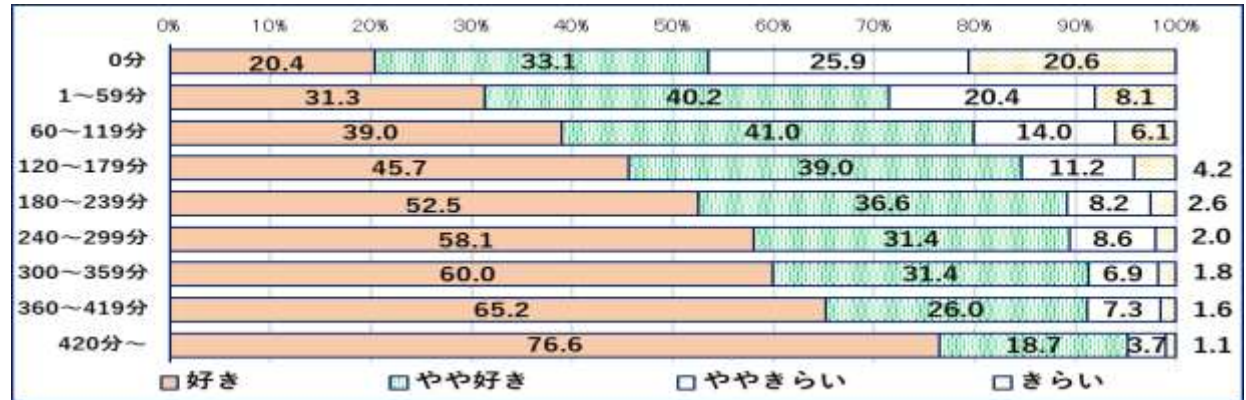
分析3

(4-1) 1日の総運動時間×運動・スポーツをすることは好き

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

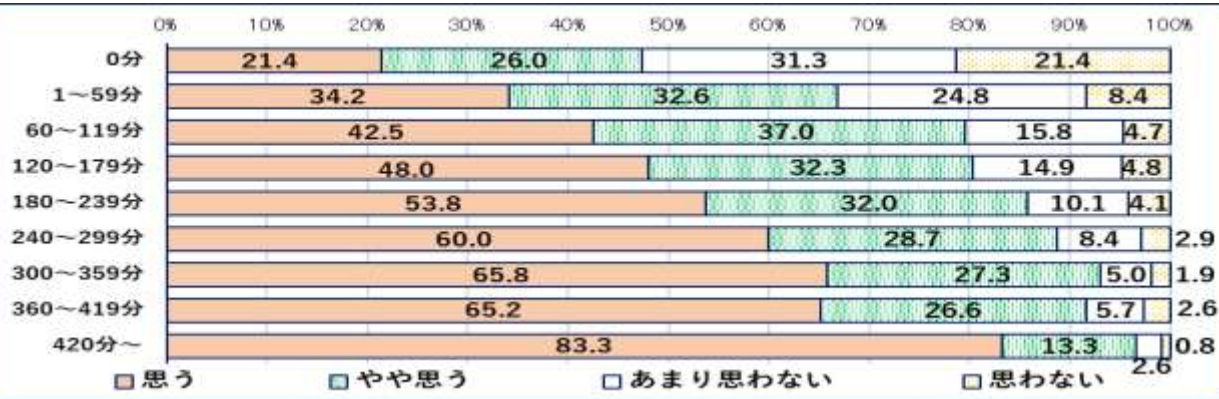


・小・中学校男女ともに、1日の総運動時間が長い児童生徒ほど、運動・スポーツをすることが好きな児童生徒の割合が高い

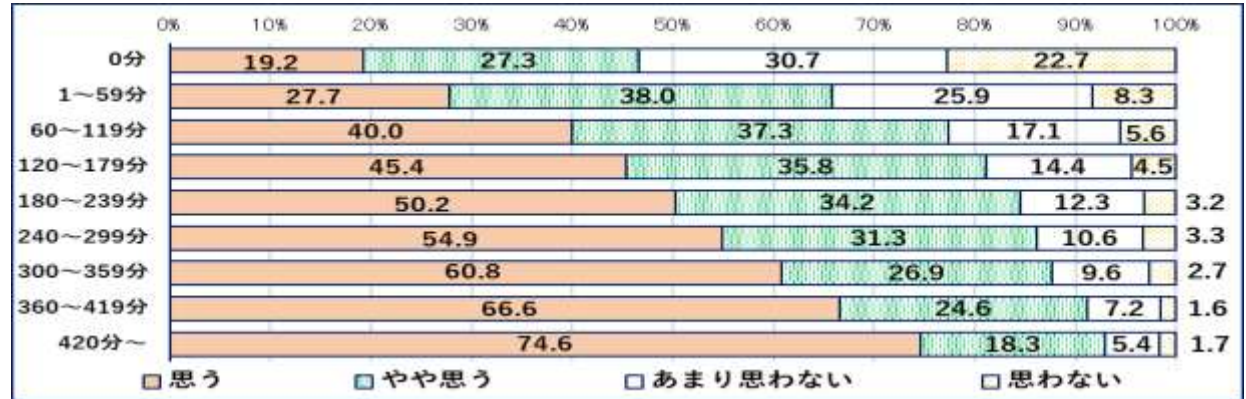
分析3

(4-2) 1日の総運動時間×卒業した後も、自主的に運動やスポーツをする時間をもちたい

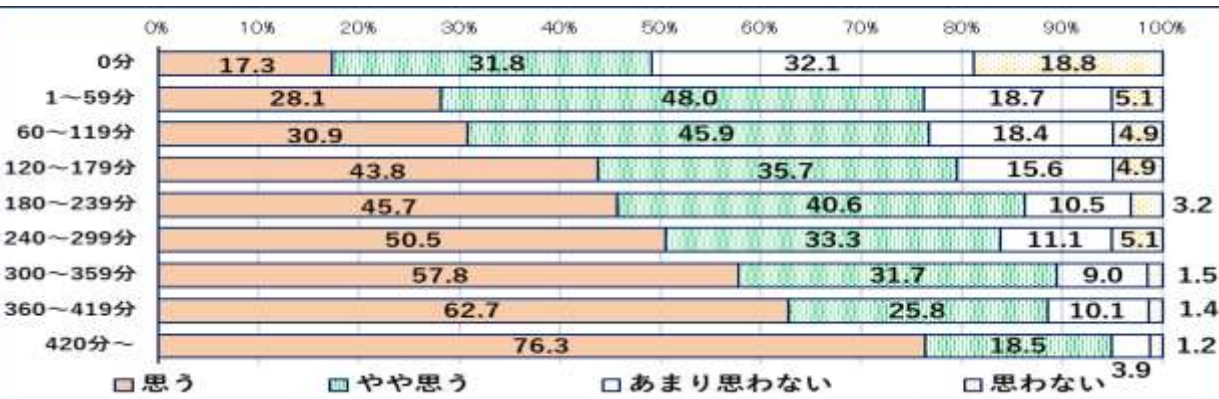
小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

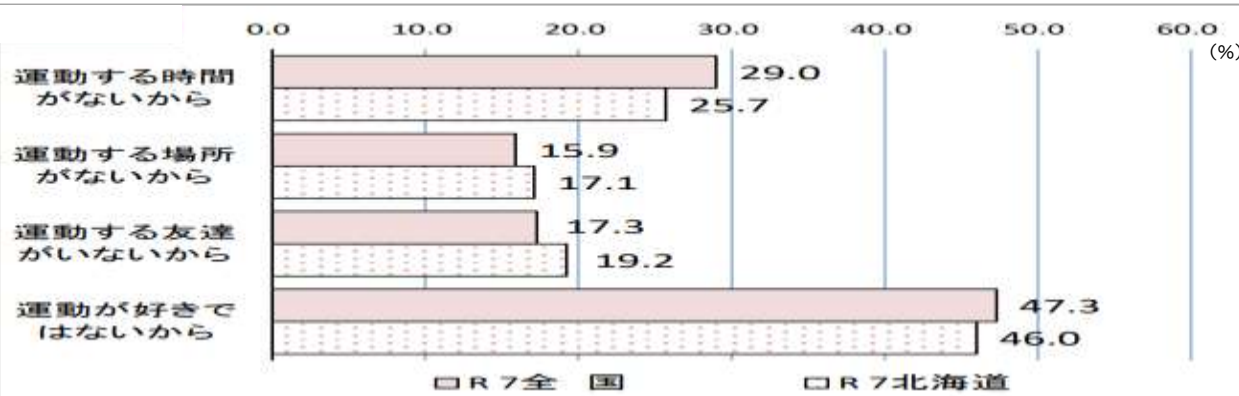


・小・中学校男女ともに、1日の総運動時間が長い児童生徒ほど、「卒業した後も、自主的に運動やスポーツをする時間をもちたいと思っている」児童生徒の割合が高い

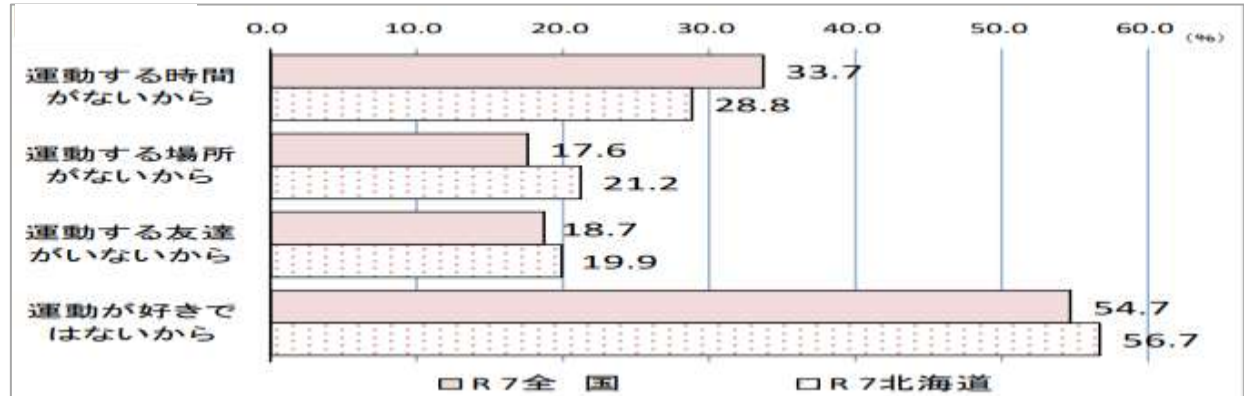
分析3

(4-3) 1週間の総運動時間が0分と回答した児童生徒の運動していない理由

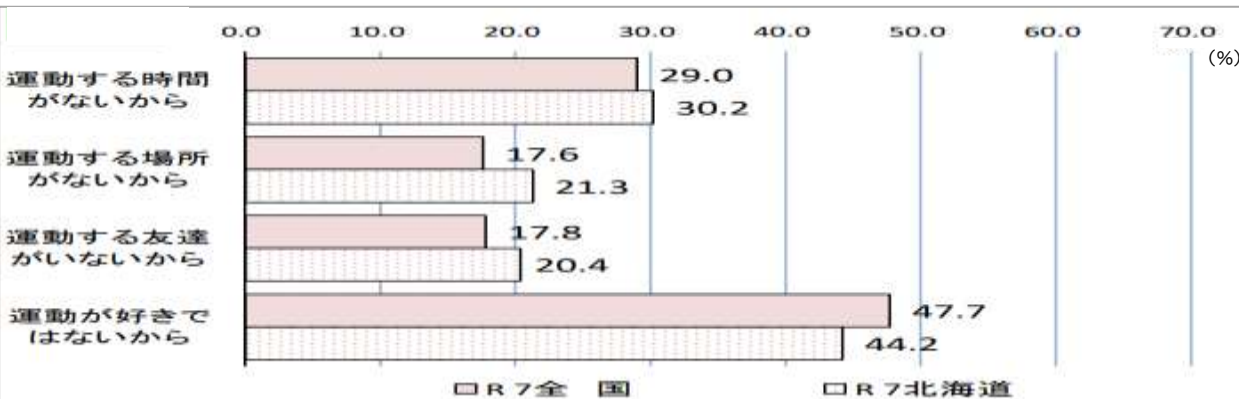
小学校男子



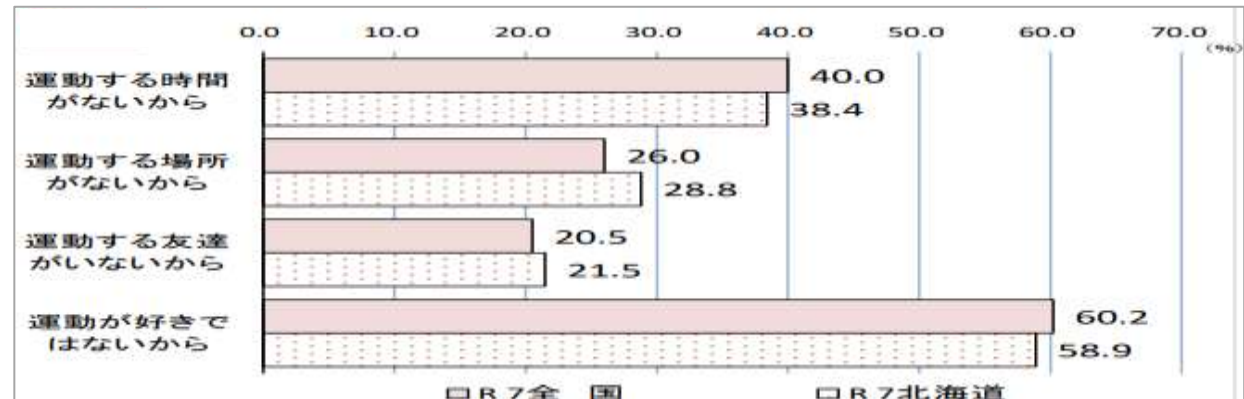
小学校女子



中学校男子



中学校女子

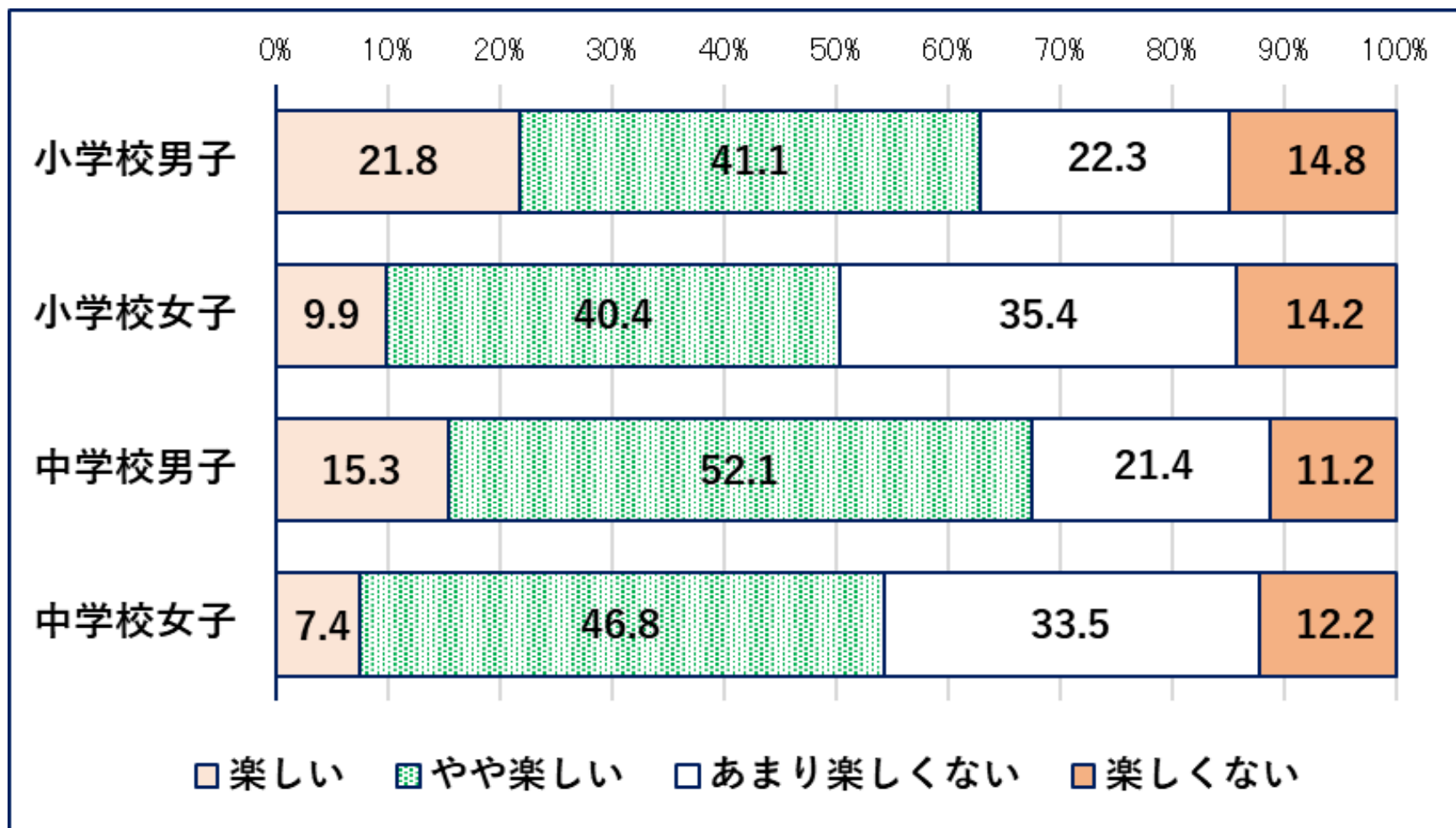


・小・中学校男女ともに、1週間の総運動時間が「0分」の児童生徒の運動していない理由として、「運動が好きではない」の割合が高く、その割合は、小学校よりも中学校のほうが高い

分析3

(4-4) 1週間の総運動時間が0分+運動が好きではない

×体育・保健体育の授業は楽しい

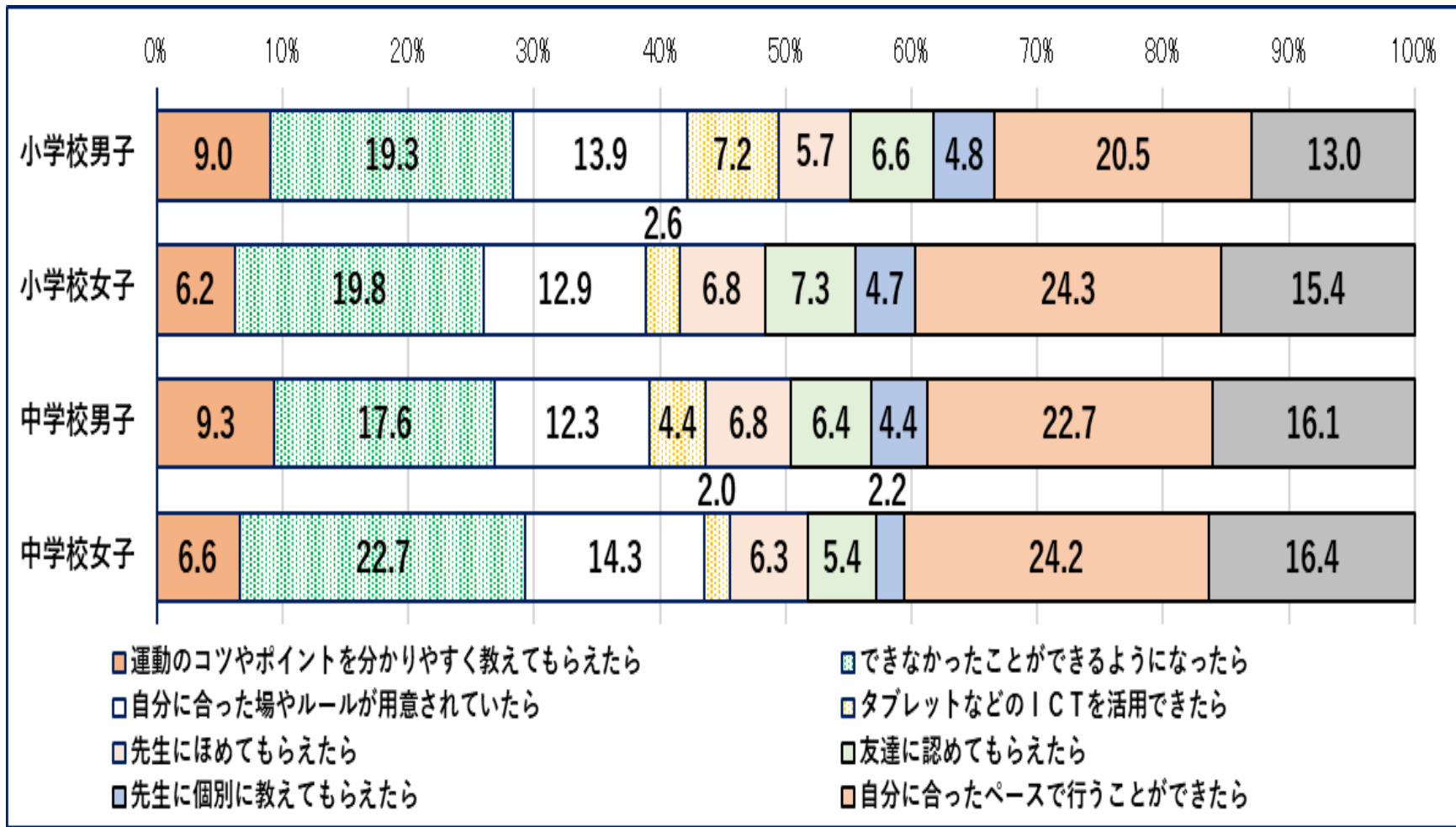


・1週間の総運動時間が「0分」で、運動が好きではない児童生徒のうち、小・中学校男子の約35%、小・中学校女子の約50%の児童生徒は、体育・保健体育の授業が「あまり楽しくない」、「楽しくない」と回答している

分析3

(4-5)

1週間の総運動時間が0分+運動が好きではないから+体育・保健体育の授業はあまり楽しくない・楽しくない
 ×今後どのようなことがあれば、今より体育・保健体育の授業が楽しくなると思うか

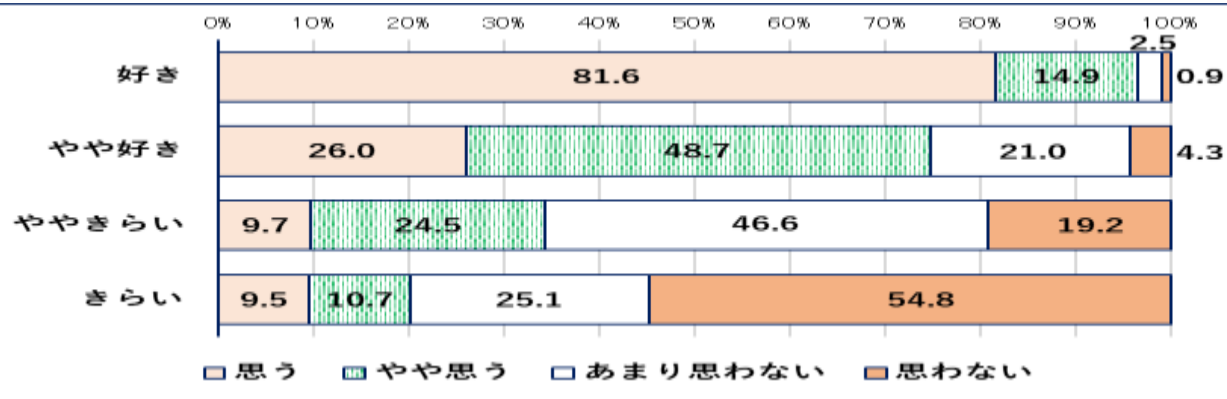


・1週間の総運動時間が「0分」で、運動が好きではなく、体育・保健体育の授業が楽しくないと感じている児童生徒は、授業の中で、「自分に合ったペースで行うことができたなら」、「できないことができるようになったら」体育・保健体育の授業が楽しくなると思っている割合が高い

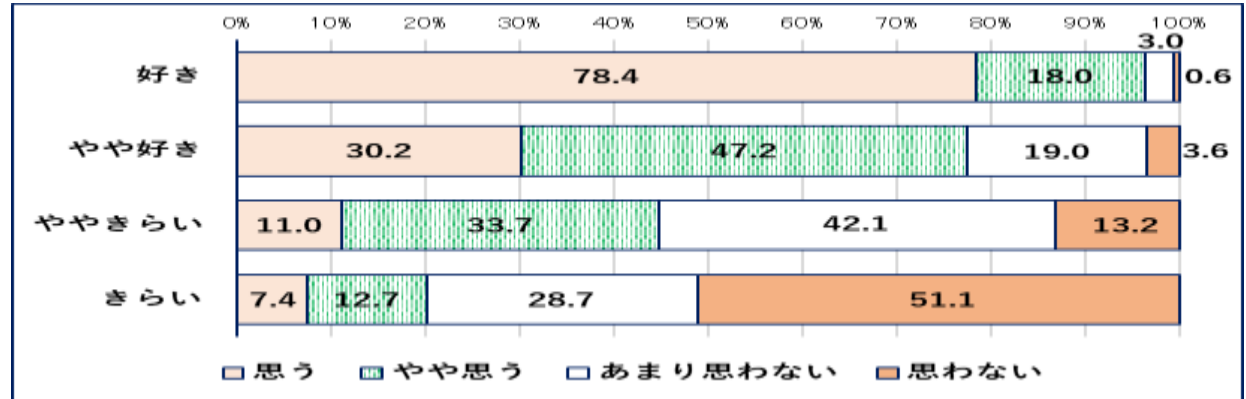
分析3

(4-6) 運動やスポーツをするのが好き × 卒業した後も、自主的に運動やスポーツをする時間をもちたい

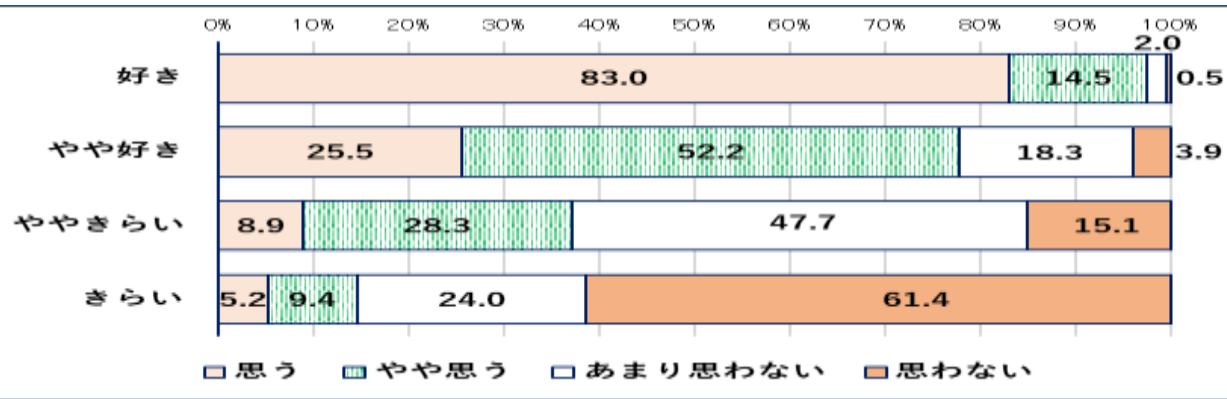
小学校男子



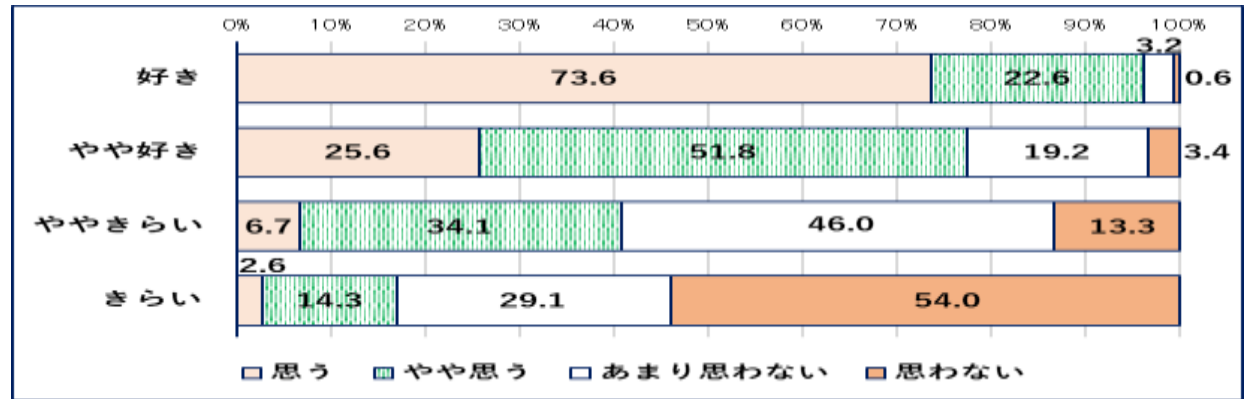
小学校女子



中学校男子



中学校女子

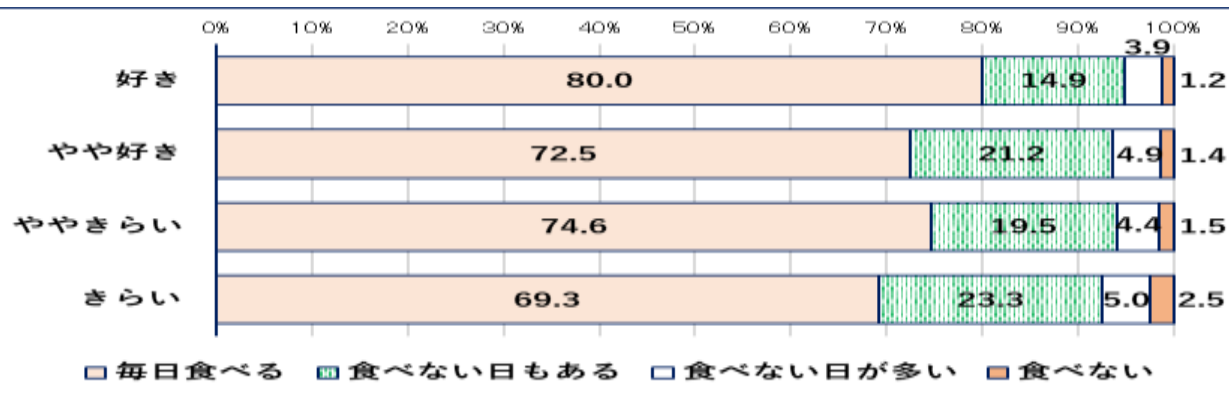


・小・中学校男女ともに、運動やスポーツが好きで、「卒業した後も、自主的に運動やスポーツをする時間をもちたい」と思っている割合が高い

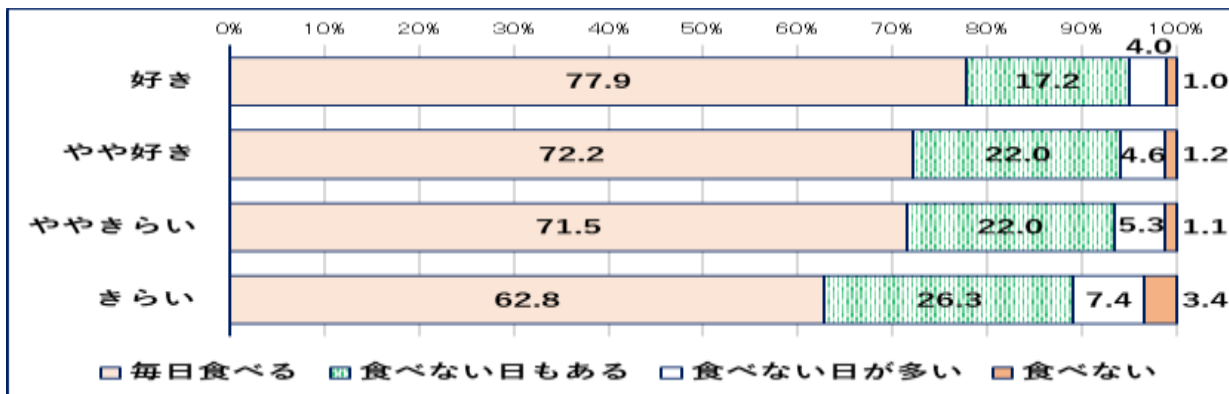
分析3

(4-7) 運動やスポーツをするこ × 朝食の摂取状況 とが好き

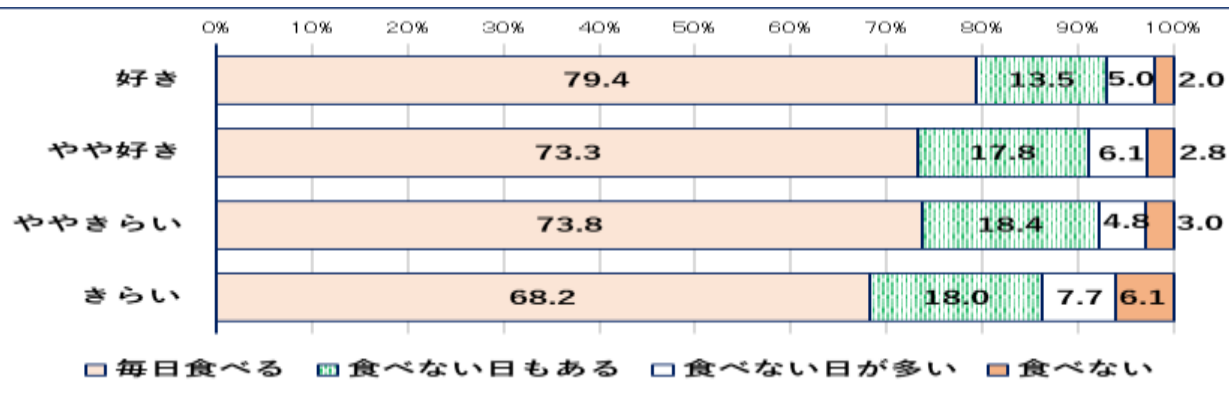
小学校男子



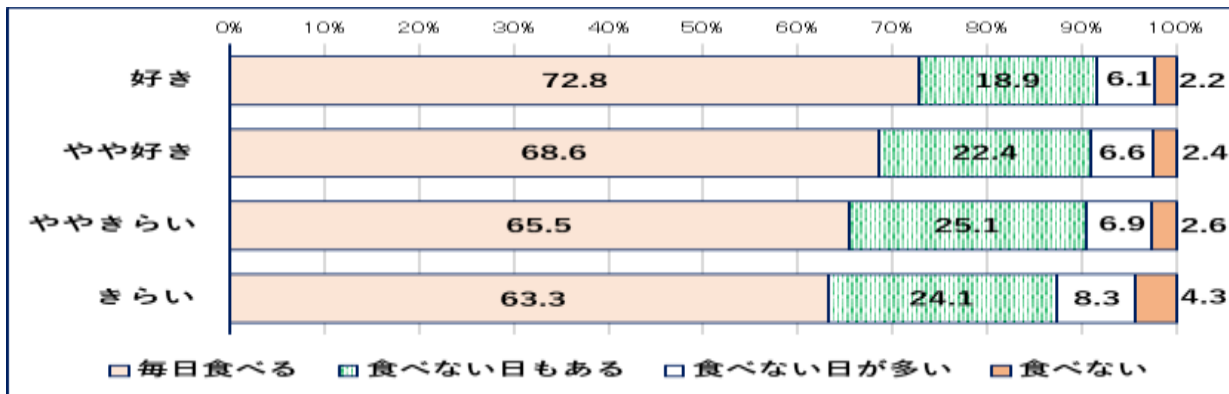
小学校女子



中学校男子



中学校女子

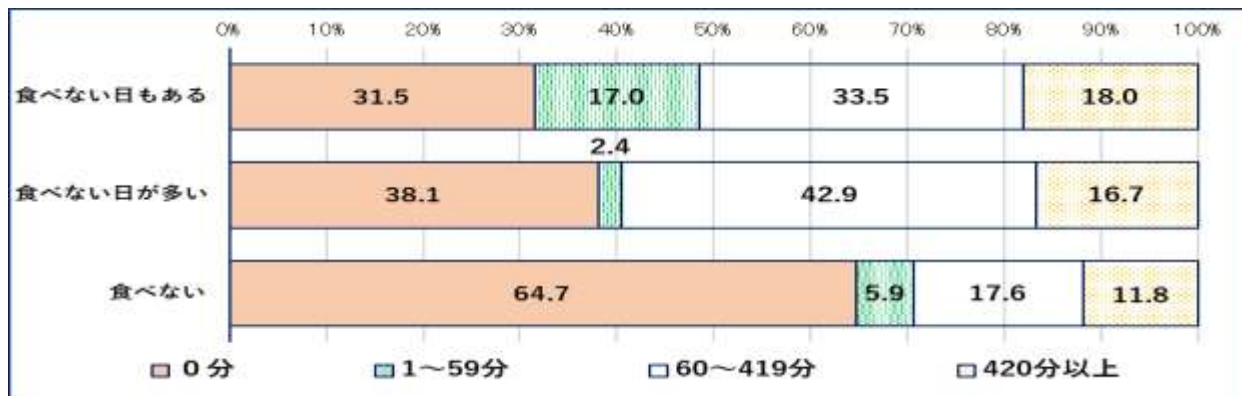


・小・中学校男女ともに、運動やスポーツが好きな児童生徒ほど、「朝食を毎日食べる」割合が高い傾向が見られる

分析3

(4-8) 運動やスポーツをすることがややきらい・きらい + 朝食を食べない日がある
 × 1週間の総運動時間

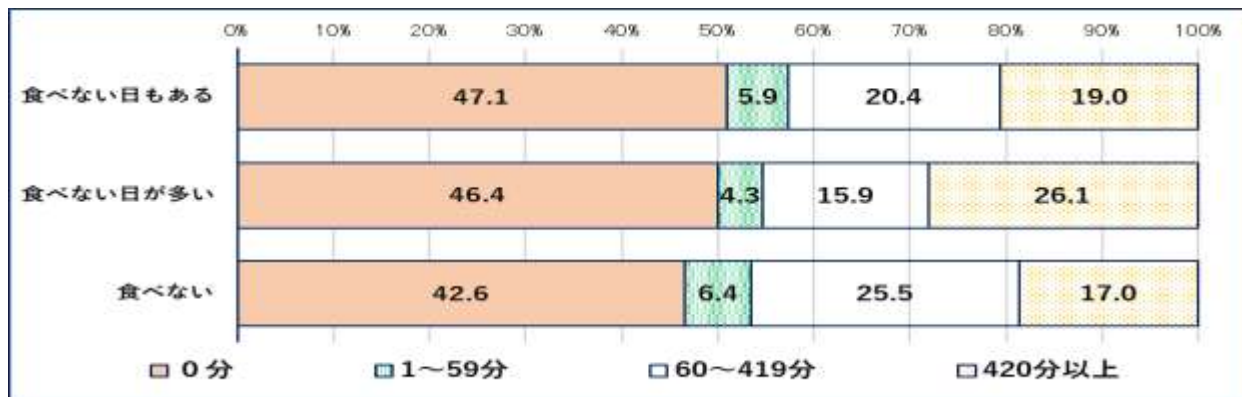
小学校男子



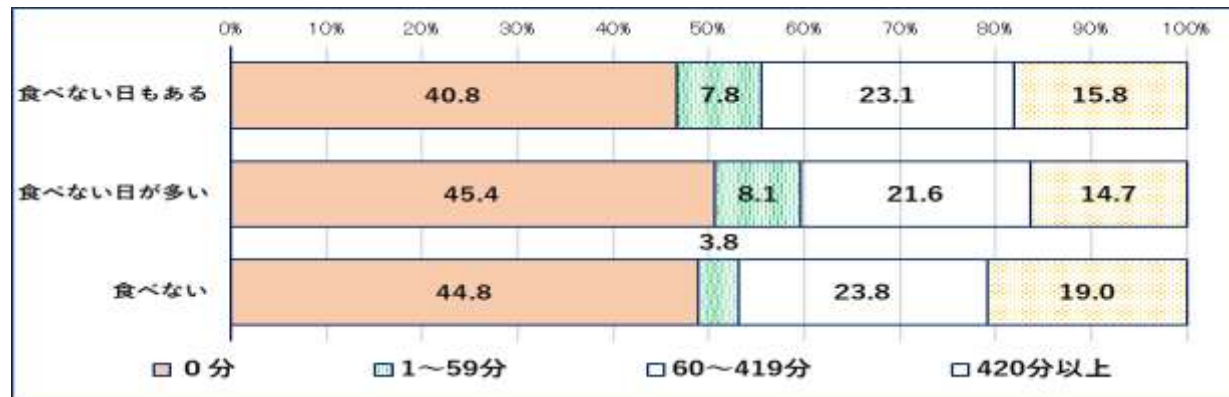
小学校女子



中学校男子



中学校女子



- ・運動が嫌いな小学校男女において、朝食を欠食する児童ほど、1週間の総運動時間が短い
- ・運動が嫌いな中学校男女において、朝食の欠食による1週間の総運動時間への影響は少ない

分析3

(4-9) 運動やスポーツをするこ × 平日1日のスクリーンタイムの状況
とが好き

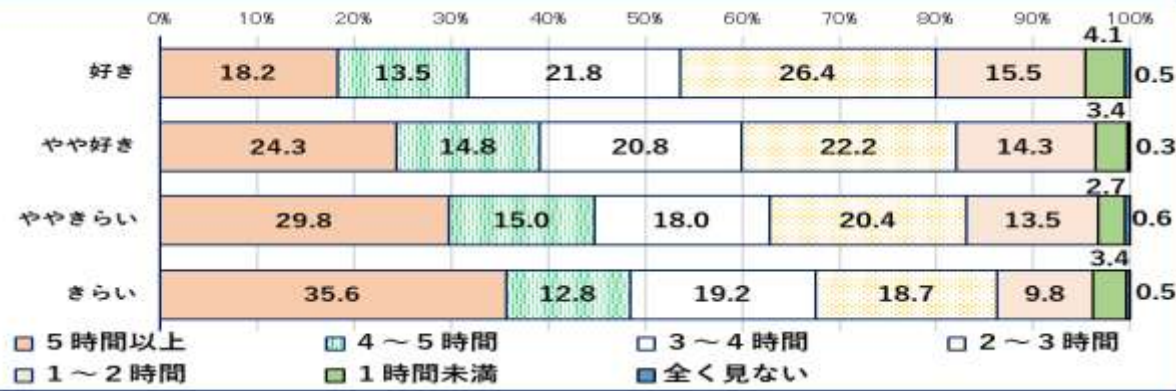
小学校男子



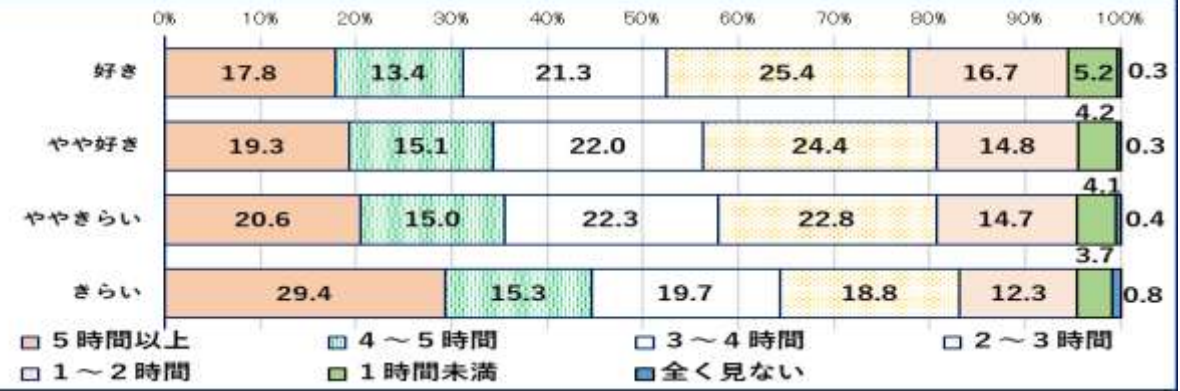
小学校女子



中学校男子



中学校女子



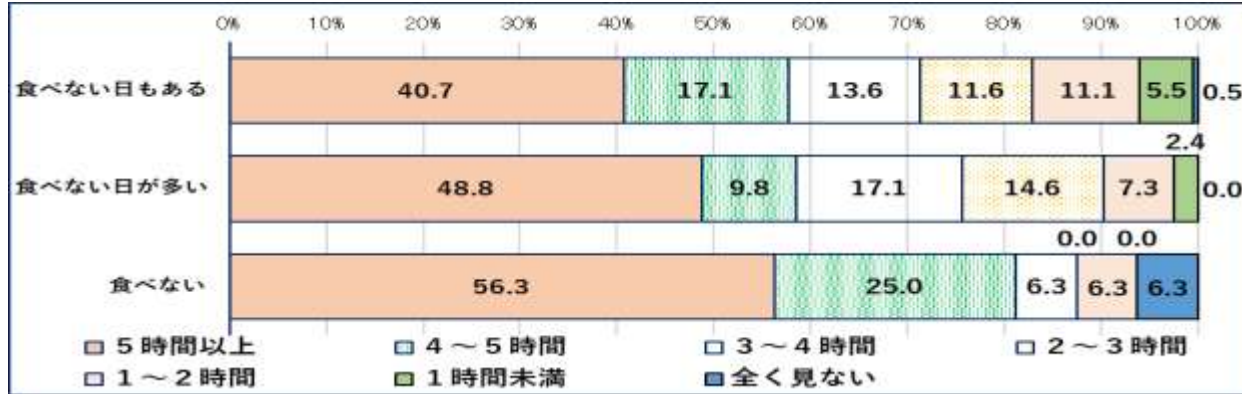
・小・中学校男女ともに、運動やスポーツが嫌いな児童生徒ほど、平日1日のスクリーンタイムが長い傾向が見られる

分析3

(4-10) 運動やスポーツをすることがややきらい・きらい + 朝食を食べない日がある

× 平日1日のスクリーンタイムの状況

小学校男子



小学校女子



中学校男子



中学校女子

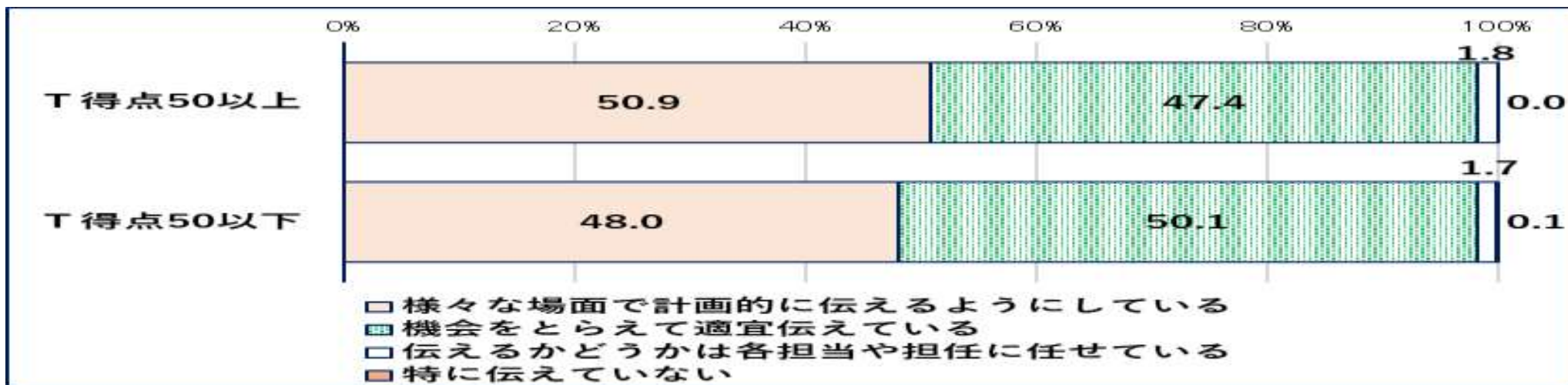


・小・中学校男女ともに、運動やスポーツが嫌いで、朝食を欠食する児童生徒ほど、平日1日のスクリーンタイムが長い傾向が見られる

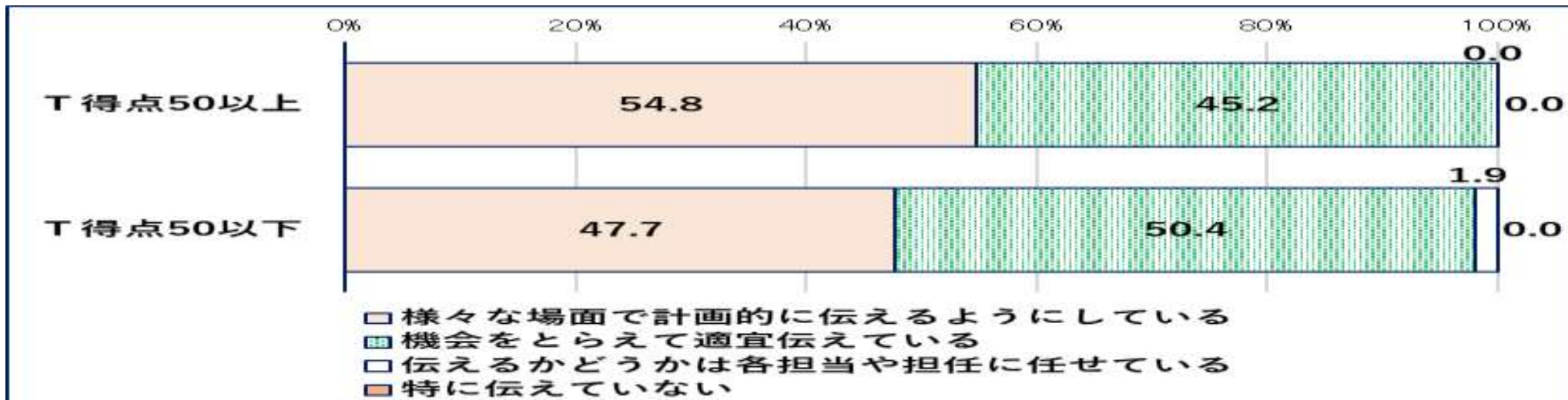
分析3

(5) 体力合計点T得点×健康三原則(運動、食事、休養及び睡眠)の大切さを伝える

小学校



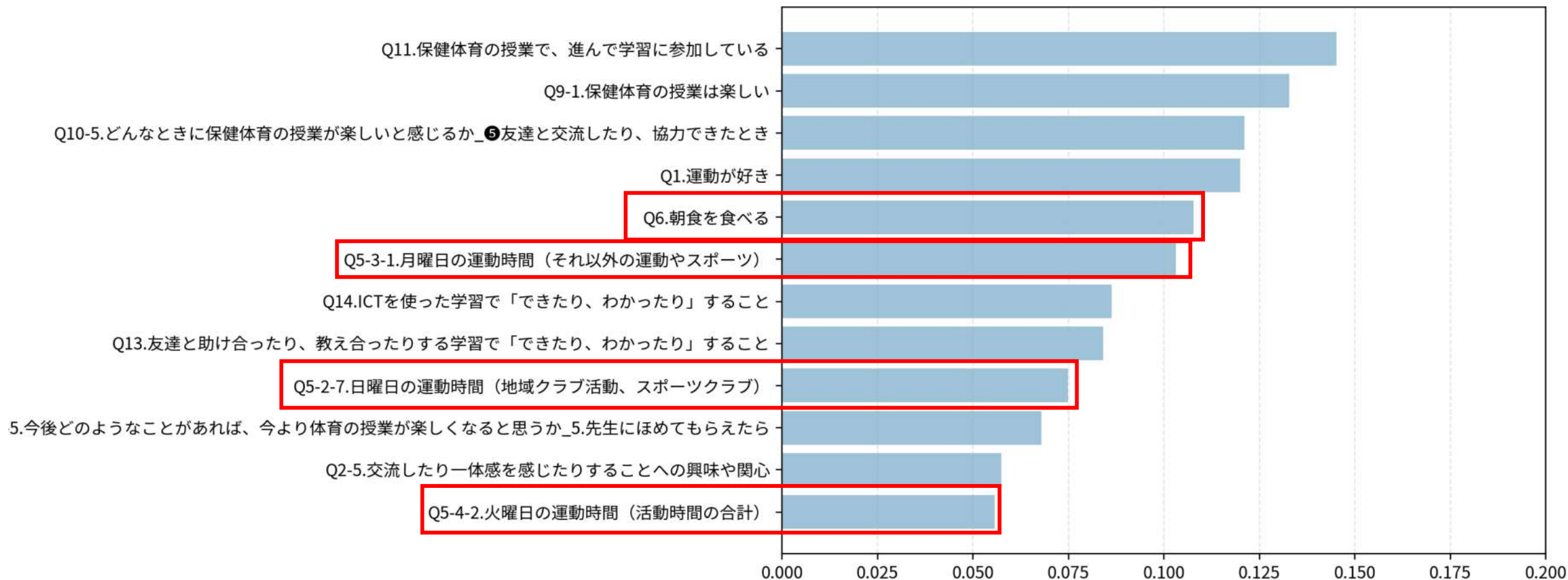
中学校



・小・中学校ともに、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、健康三原則の大切さを「様々な場面で計画的に伝えている」割合が高い

中学校男子

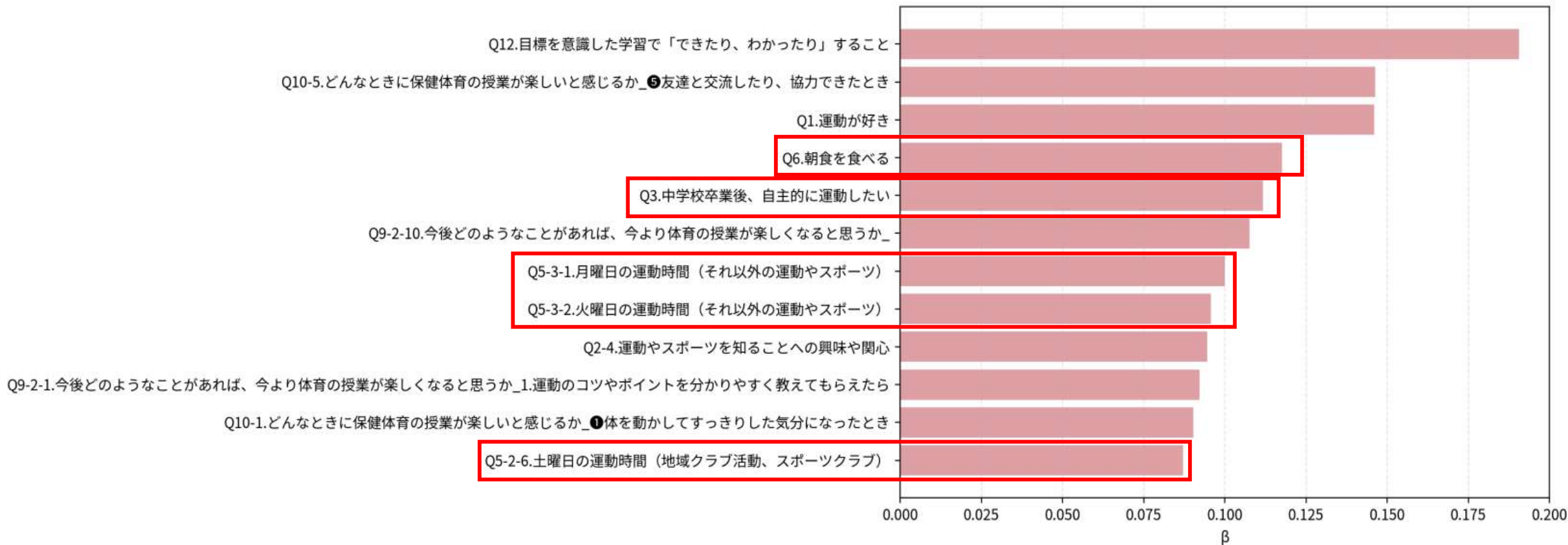
体力合計点を従属変数とし、運動意識・生活習慣・体育授業に関する各質問項目を独立変数として重回帰分析を実施し、体力合計点に対する関連の強さを標準化偏回帰係数 (β) により検討



・中学校男子では、保健体育の授業に関する内容に強い関係性があるほか、「朝食を食べること」や「総運動時間」など、運動習慣や生活習慣の確立に強い関係性がある

中学校女子

体力合計点を従属変数とし、運動意識・生活習慣・体育授業に関する各質問項目を独立変数として重回帰分析を実施し、体力合計点に対する関連の強さを標準化偏回帰係数 (β) により検討

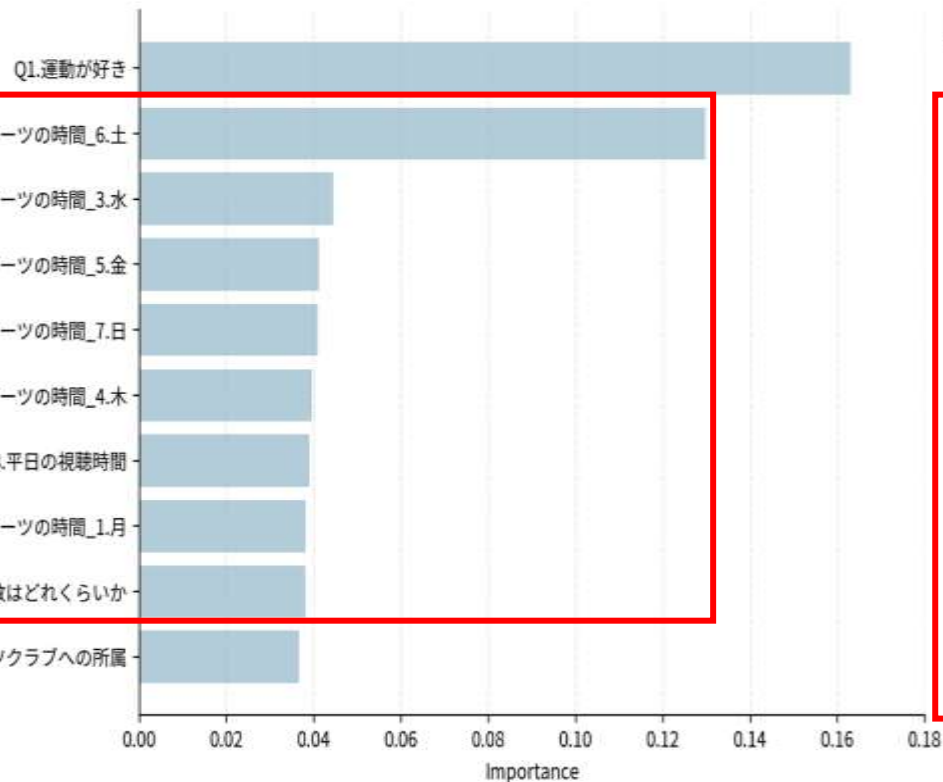


・中学校女子では、男子と同様、保健体育の授業に関する内容に強い関係性があるほか、「朝食を食べること」や「総運動時間」など、生活習慣や運動習慣の確立に強い関係性がある

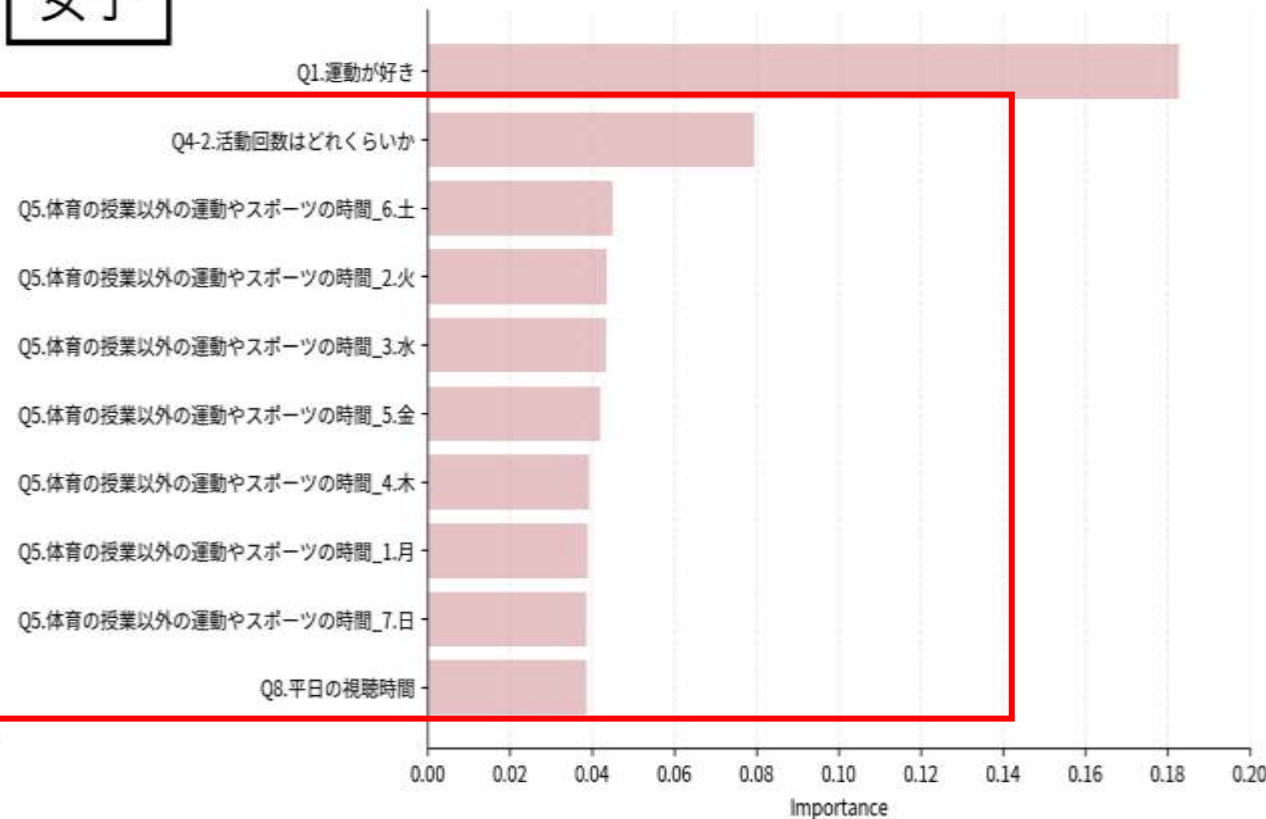
小学校

体力合計点に関係する要因の重要度を把握するため、ランダムフォレスト分析を行い、各項目がどの程度予測に役立っているかを示す「重要度」を算出

男子



女子

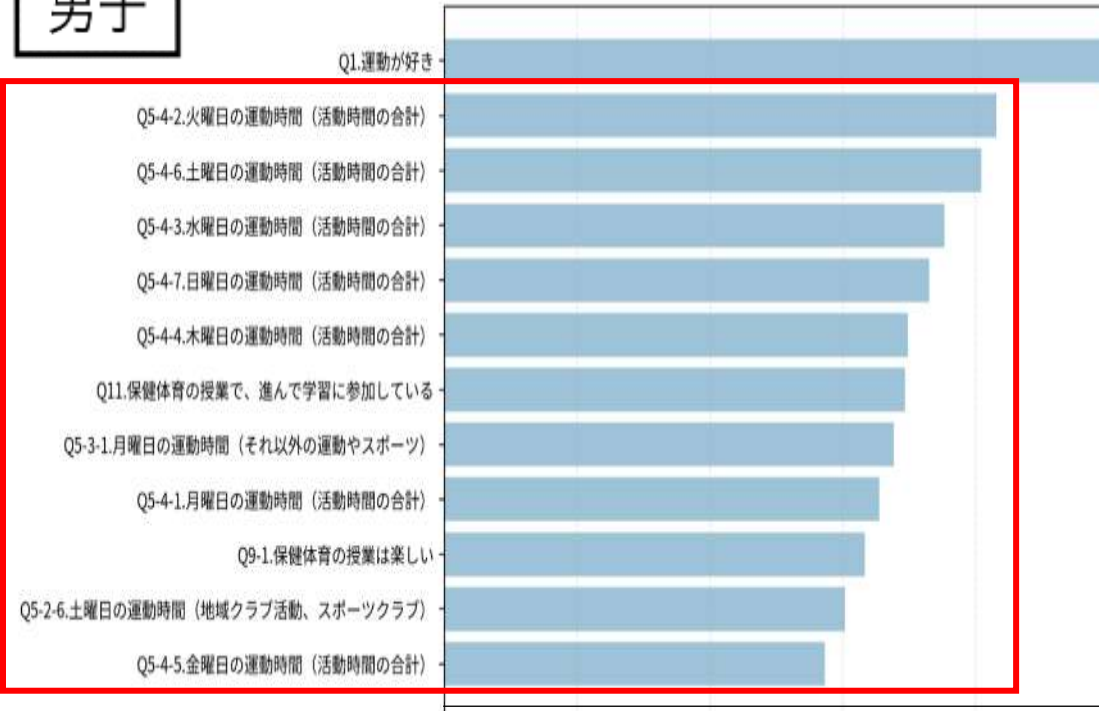


・男女ともに、「運動が好き」が最も重要度が高いほか、「体育の授業以外の運動やスポーツの時間」、「活動回数」「平日の視聴時間」の項目が上位に位置しており、運動への好意や運動時間の確保、スクリーンタイムの重要度が高い

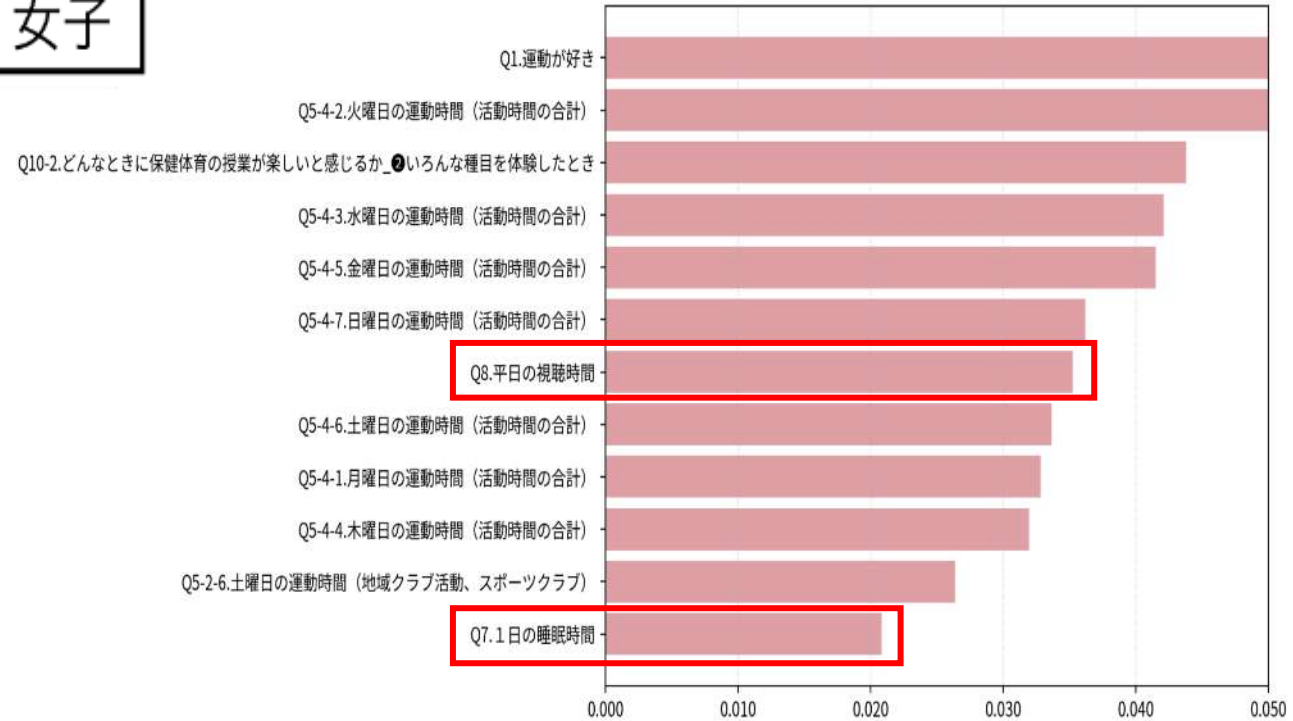
中学校

体力合計点に関係する要因の重要度を把握するため、ランダムフォレスト分析を行い、各項目がどの程度予測に役立っているかを示す「重要度」を算出

男子



女子



・男女ともに、「運動が好き」が最も重要度が高いほか、「体育の授業以外の運動やスポーツの時間」や、女子では、「平日の視聴時間」や「1日の睡眠時間」の項目が上位に位置しており、運動への好意や運動時間の確保、生活習慣の確立の重要度が高い

【分析3】のまとめ・運動習慣等の確立に向けたポイント

☞ 児童生徒の運動習慣や生活習慣から見える傾向

- ・1週間の総運動時間が長くなるほど、体力合計点が上昇する傾向
- ・朝食は、欠食が多いほど体力合計点が低下する傾向
- ・睡眠時間が7時間未満は、体力合計点が低下する傾向
- ・スクリーンタイムが1時間以上は、体力合計点が低下する傾向
- ・肥満度は、「普通」を基準として、痩身・肥満ともに体力合計点が低下する傾向
- ・運動時間が少ない児童生徒ほど、朝食の欠食が多く、スクリーンタイムが長く、肥満傾向児が増加する傾向
- ・保健の授業で学習した運動、食事、休養及び睡眠に気を付けた生活を送れている児童生徒ほど、体力合計点が上昇する傾向

☞ 「体育が楽しい」と実感したり、進んで学習に取り組んだりする意識を高めるために、総運動時間の増加も重要

☞ 体育・保健体育の授業や運動・スポーツに対する意欲の向上に向けて、運動習慣の確立が重要

☞ 運動習慣の確立に向け、総運動時間を増加や朝食の摂取促進、スクリーンタイムを短縮させることが重要

- 1週間の総運動時間の増加に向け、学校はもとより、地域等と連携した児童生徒の運動機会の拡充に向けた取組を推進
- 運動習慣の確立には、食習慣を含めた生活習慣の確立に向けた取組が重要であることから、自校の児童生徒の朝食の摂取頻度やスクリーンタイムなどの生活習慣等の状況を家庭や地域等に発信し、課題意識を共有
- 各学校の保健の授業において、発達の段階に応じて、「健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）」の大切さについて考える学習活動を意図的・計画的に設定

テーマ分析4

体力向上に向けた 学校の組織的な取組

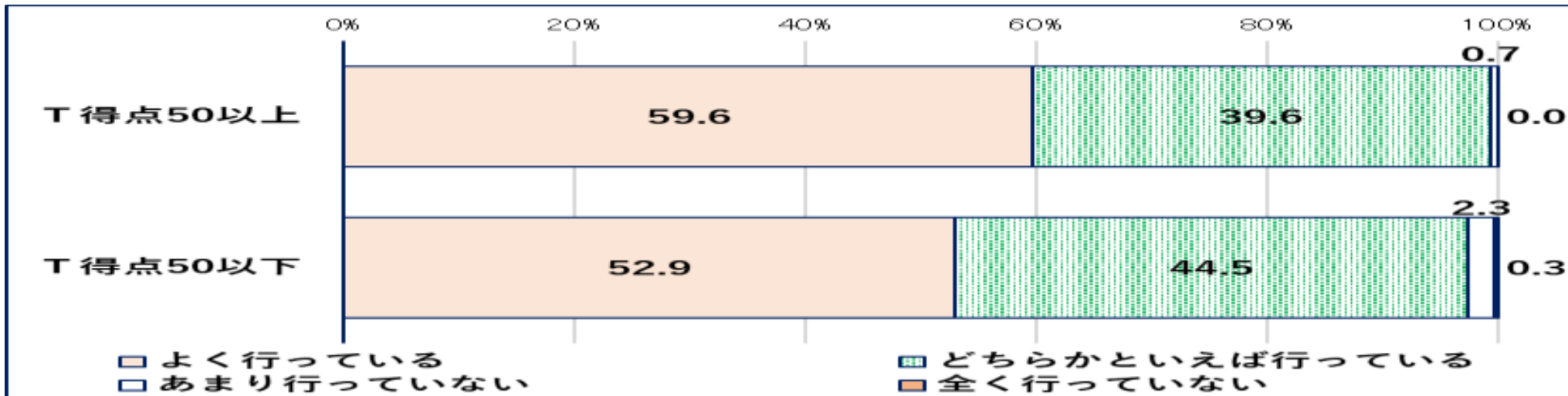
ここでは、体力合計点や学校質問調査の結果から、体力合計点と調査項目との関係や、体力合計点が全国平均を上回っている学校の取組等について分析している。

分析4

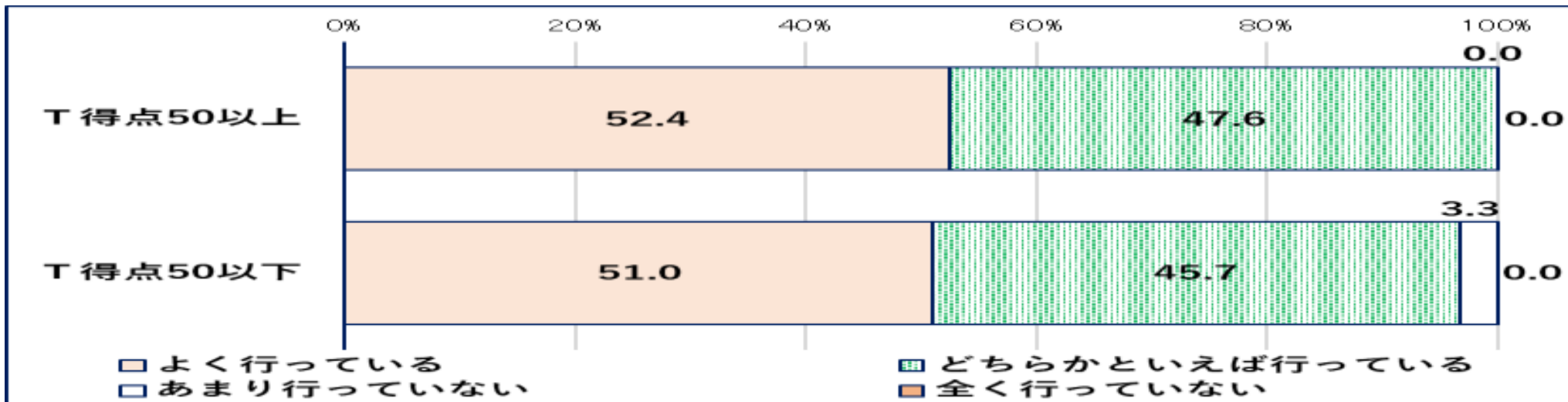
(1) 体力合計点T得点×

学校の教育目標を踏まえた教科等横断的な視点で必要な教育内容を組織的に配列している

小学校



中学校



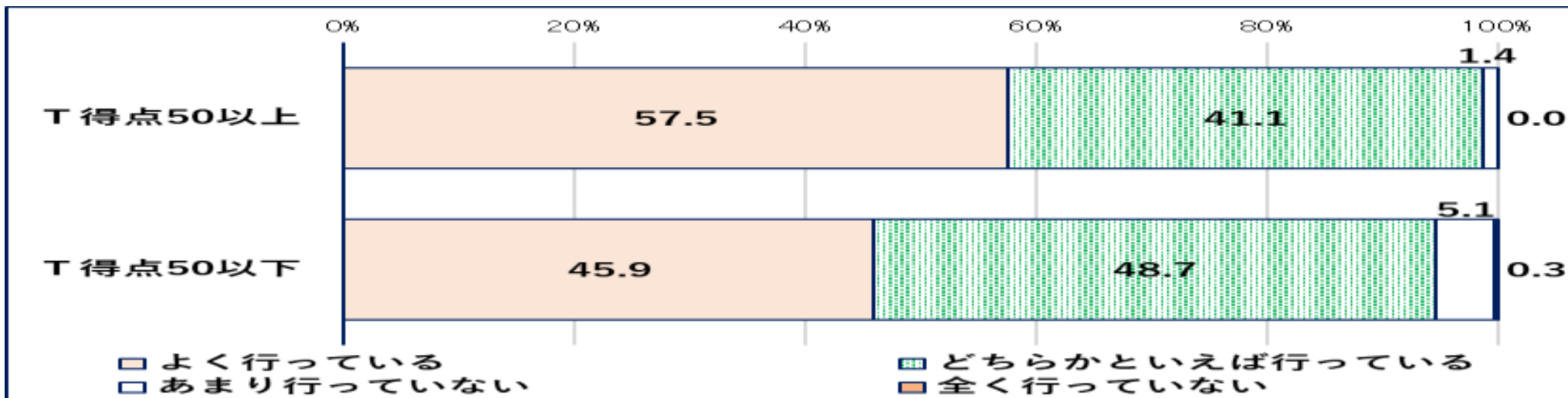
・体力合計点が全国平均を上回っている小・中学校ほど、「学校の教育目標を踏まえた教科等横断的な視点で必要な教育内容を組織的に配列している」割合が高い

分析4

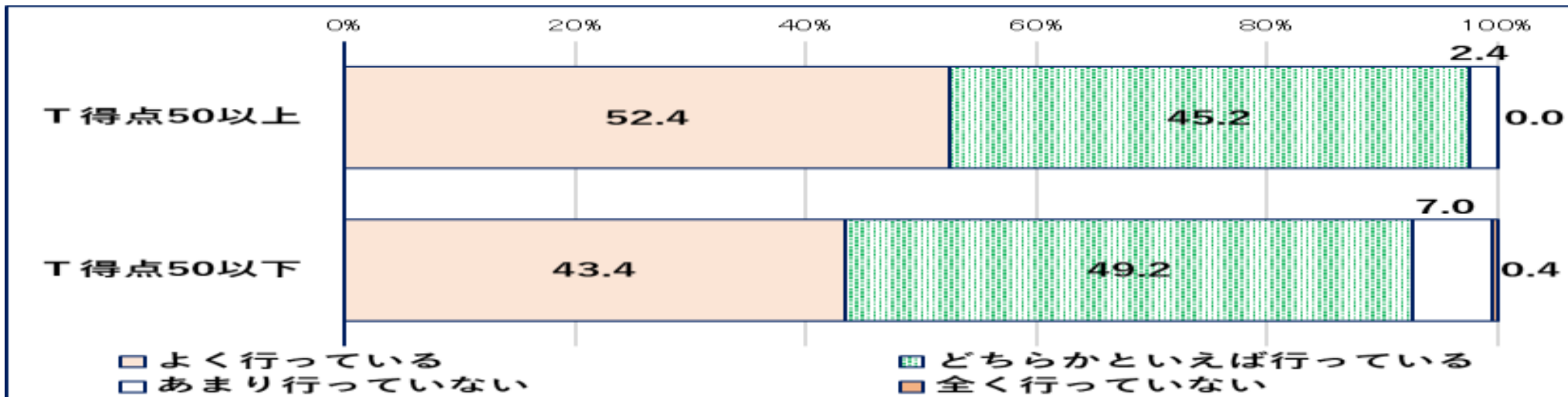
(2) 体力合計点T得点×

児童生徒の体力の現状等に関する調査やデータ等に基づき、PDCAサイクルを確立する取組を行っている

小学校



中学校

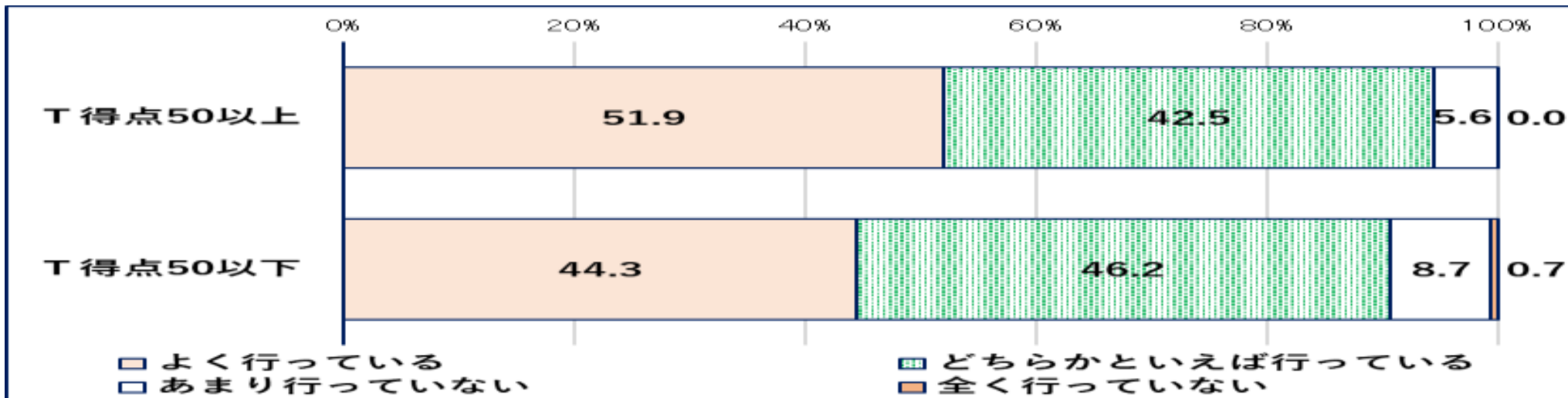


・体力合計点が全国平均を上回っている小・中学校ほど、「児童生徒の体力の現状等に関する調査やデータ等に基づき、PDCAサイクルを確立する取組を行っている」割合が高い

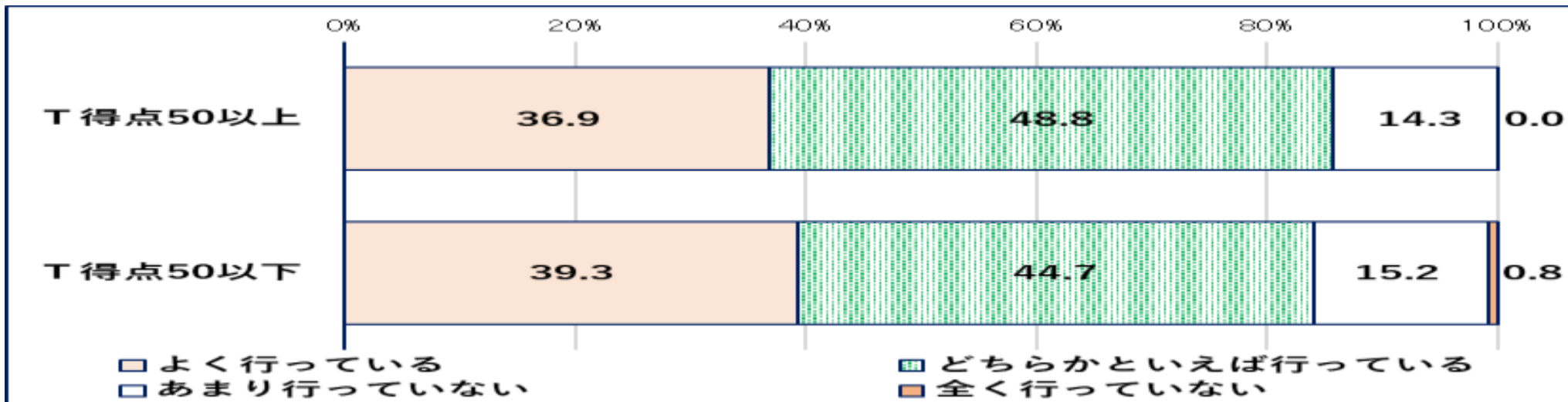
分析4

(3) 体力合計点T得点× 人的・物的資源等を、外部資源も含めて効果的に組み合わせている

小学校

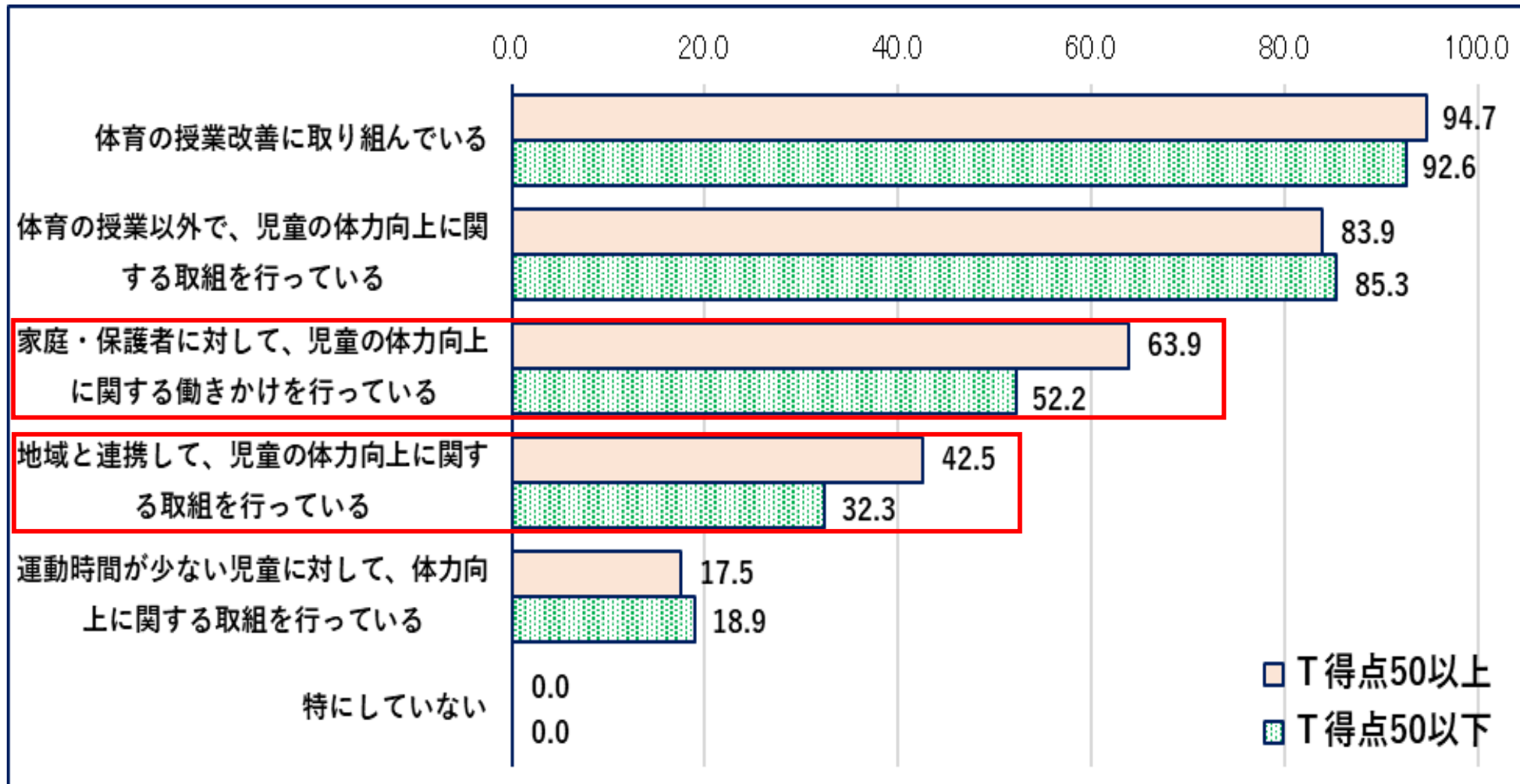


中学校



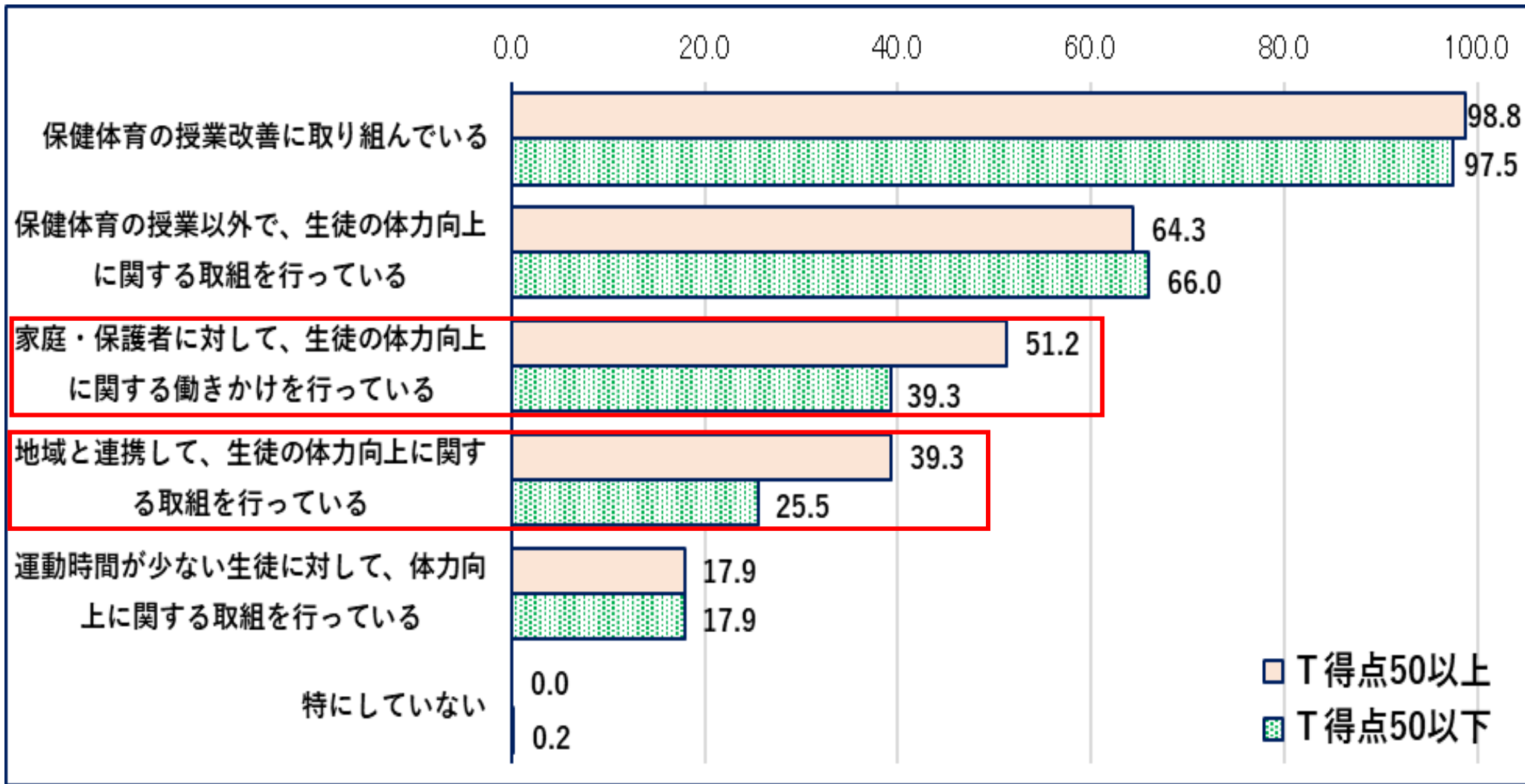
・体力合計点が全国平均を上回っている小・中学校ほど、「人的・物的資源等を効果的に組み合わせて取組を行っている」割合が高い

小学校



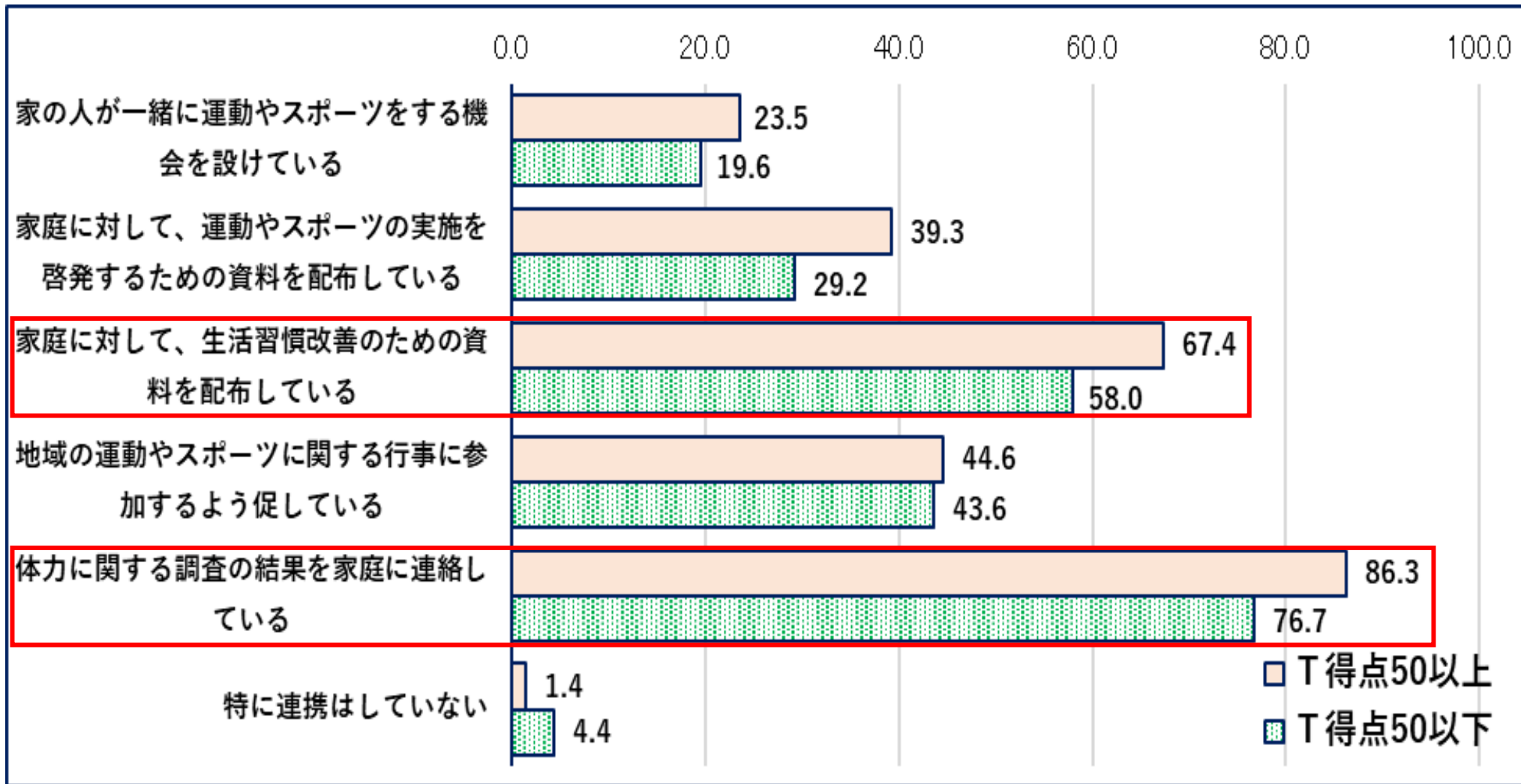
・小学校においては、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「家庭・保護者に対して、児童の体力向上に関する働きかけを行っている」、「地域と連携して、児童の体力向上に関する取組を行っている」割合が高い

中学校



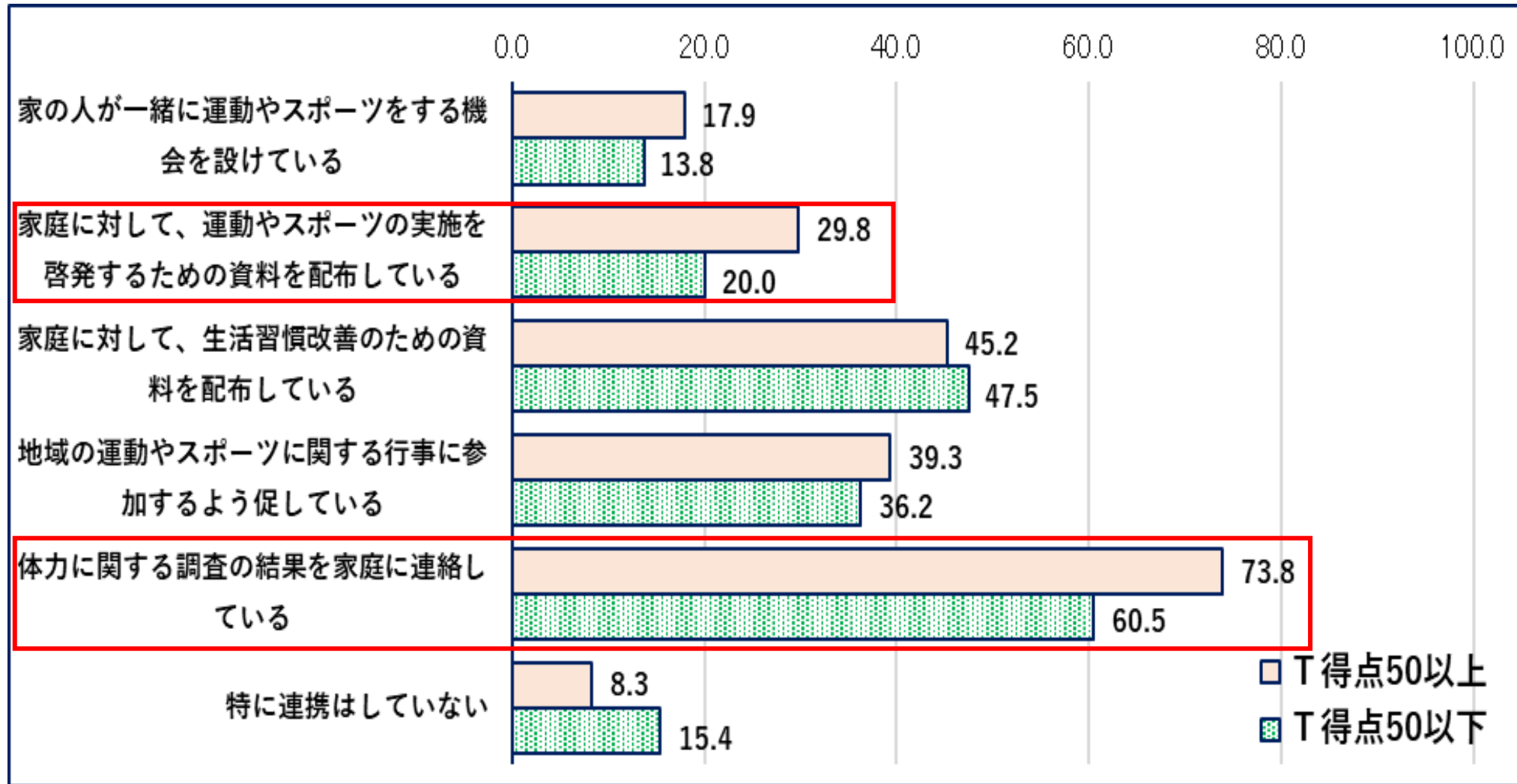
・中学校においては、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「家庭・保護者に対して、体力向上に関する働きかけを行っている」、「地域と連携して、生徒の体力向上に関する取組を行っている」割合が高い

小学校



・小学校においては、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「家庭に対して、生活習慣改善のための資料を配布している」、「体力に関する調査の結果を家庭に連絡している」割合が高い

中学校



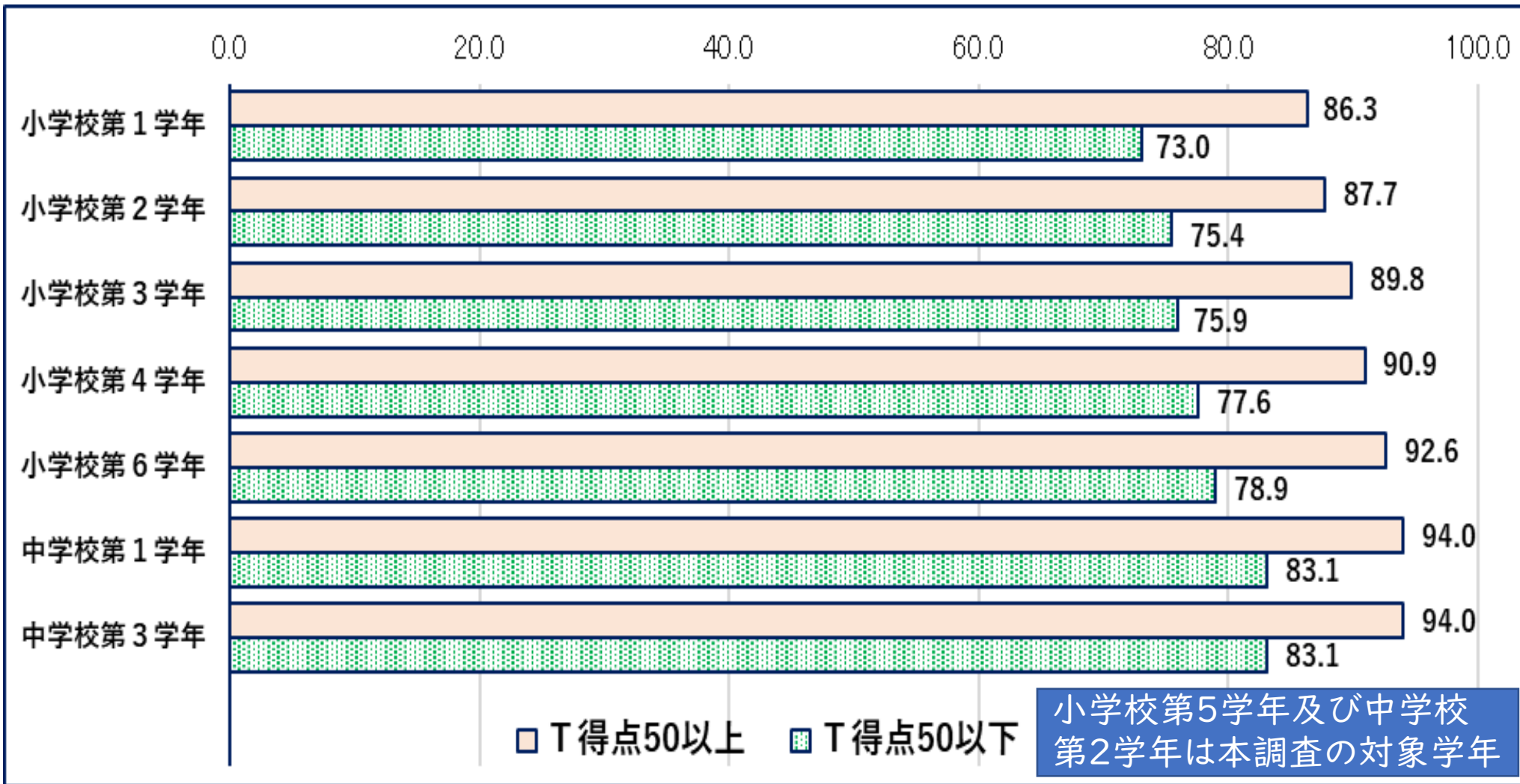
・中学校においては、体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、「家庭に対して、運動やスポーツの実施を啓発するための資料を配布している」、「体力に関する調査の結果を家庭に連絡している」割合が高い

分析4

(6-3) 体力合計点T得点×新体力テストの実施状況

小学校

中学校



・体力合計点が全国平均を上回っている学校ほど、調査対象である小学校第5学年・中学校第2学年以外の学年においても、新体力テストを実施している割合が高い

【分析4】のまとめ・体力向上に向けた組織的な取組のポイント

- ☞ 体力合計点が高い学校ほど、
 - ・PDCAサイクルを確立させ、組織的な取組を進めていることから、本調査結果や新体力テストなど、体力の現状等に関する客観的なデータに基づき、自校の児童生徒の実態に応じた体力向上の取組を、教科等横断的な視点を踏まえ、年間を通じて推進することが重要
 - ・家庭や地域と児童生徒の体力・運動能力の状況を共有し、連携した取組を進めていることから、自校の体力向上の目標や取組を発信するなど、家庭や地域と連携した取組の一層の充実が重要
 - ・調査対象以外の学年においても、新体力テストを実施していることから、児童生徒一人一人がもてる力を十分に発揮できるよう、小学校低学年からの継続的な新体力テストの実施が重要

- 客観的なデータに基づき、具体的な成果指標や取組指標を設定して取組を進めるなど、児童生徒の体力向上に向けたPDCAサイクルを確立させるとともに、体力向上プラン等を活用して年間を通じた取組を全教職員で共有し、学校全体の組織的・計画的な取組を推進
- 学校運営協議会や地域学校協働活動等を活用し、地域の実態に応じた効果的な体力向上の取組について協議する場を設定するなど、家庭や地域と連携した取組を推進
- 児童生徒一人一人がもてる力を十分に発揮できる指導を工夫するとともに、小・中学校の新体力テストの結果を蓄積して自己変容を実感させ、意欲的に運動やスポーツに取り組もうとする意識を醸成

令和7年度(2025年度)の道教委の取組

体育・保健体育授業の改善・充実にに向けた取組

事業等名	概要																						
小学校体育専科教員活用事業	<p>○ 小学校に体育を専門とする教員を配置し、学級担任とのTT等による授業改善や近隣の学校の体力向上の取組への指導助言</p> <p>【配置状況】</p> <table border="1" data-bbox="402 425 1646 579"> <tr> <td>空知(1名)</td> <td>石狩(1名)</td> <td>後志(1名)</td> <td>胆振(1名)</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>渡島(1名)</td> <td>檜山(1名)</td> <td>上川(2名)</td> <td>宗谷(2名)</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>オホーツク(1名)</td> <td>十勝(1名)</td> <td>釧路(1名)</td> <td>根室(1名)</td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p style="text-align: right;">合計 14名</p>					空知(1名)	石狩(1名)	後志(1名)	胆振(1名)			渡島(1名)	檜山(1名)	上川(2名)	宗谷(2名)			オホーツク(1名)	十勝(1名)	釧路(1名)	根室(1名)		
空知(1名)	石狩(1名)	後志(1名)	胆振(1名)																				
渡島(1名)	檜山(1名)	上川(2名)	宗谷(2名)																				
オホーツク(1名)	十勝(1名)	釧路(1名)	根室(1名)																				
小学校体育エキスパート教員巡回指導事業	<p>○ 管内の複数市町村の小学校を巡回指導する教員(小学校体育専科教員を経験済の教員)を配置し、巡回市町村や学校はもとより、管内全体の体力向上に向けた取組の改善・充実にを図る。</p> <p>【配置状況】</p> <table border="1" data-bbox="402 743 1972 925"> <tr> <td>空知(2名)</td> <td>石狩(1名)</td> <td>後志(1名)</td> <td>胆振(1名)</td> <td>日高(1名)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>渡島(1名)</td> <td>檜山(1名)</td> <td>上川(2名)</td> <td>留萌(1名)</td> <td>オホーツク(1名)</td> <td></td> </tr> <tr> <td>十勝(1名)</td> <td>釧路(1名)</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p style="text-align: right;">合計 14名</p>					空知(2名)	石狩(1名)	後志(1名)	胆振(1名)	日高(1名)		渡島(1名)	檜山(1名)	上川(2名)	留萌(1名)	オホーツク(1名)		十勝(1名)	釧路(1名)				
空知(2名)	石狩(1名)	後志(1名)	胆振(1名)	日高(1名)																			
渡島(1名)	檜山(1名)	上川(2名)	留萌(1名)	オホーツク(1名)																			
十勝(1名)	釧路(1名)																						
中学校授業実践・改善セミナー	<p>○ 体力向上の要となる保健体育授業の改善・充実にを図るための教員研修を実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・9~11月、道内14会場で実施(全ての管内) ・中学校保健体育科教諭を対象に1日日程で実施 ・中学校体育授業実践ペスチャリスト(4名)及び中学校体育授業改善推進教員(10名)による公開授業、講義、研究協議及び演習の実施 																						
どさん子元気あっぷセミナー	<p>○ 若手教員が体育・保健体育授業の改善・充実にを図るための教員研修を実施</p> <ul style="list-style-type: none"> ・オンラインにより、年間4回実施 ・小学校教員及び中・高等学校の保健体育科教員を対象に実施 ・講話及び先輩教員との協議、演習等の実施 																						

令和7年度(2025年度)の道教委の取組

運動習慣の確立に向けた取組の充実

事業等名		概要
	どさん子体カアップ強調月間	<ul style="list-style-type: none"> ○ 10月の「どさん子体カアップ強調月間」に向けて、学校、家庭、地域、行政が一体となって、子どもたちの体力づくりを進める機運を高める取組の実施 <ul style="list-style-type: none"> ・「どさん子体カアップ強調月間」の周知 ・各市町村におけるスポーツイベント等の紹介
学校等が活用できる取組	どさん子元気アップチャレンジ	<ul style="list-style-type: none"> ○ 子どもたちが運動に親しみ、楽しく運動を行う態度の育成や体力の向上を図ることができるよう、学校や家庭において活用できる取組を実施 <ul style="list-style-type: none"> ・シングルロープ全道大会(学校部門、家庭・地域部門) ・ダブルダッチ全道大会(学校部門、家庭・地域部門)
	運動動画の配信	<ul style="list-style-type: none"> ○ 日常生活において、子どもが家庭等で手軽に取り組める運動動画の配信 <ul style="list-style-type: none"> ・みんなでムーブ、ダブルダッチなど

その他

事業等名	概要
体力向上に係る普及啓発資料の作成	<ul style="list-style-type: none"> ○ 教員向け資料 <ul style="list-style-type: none"> ・小学校体育専科教員、小学校体育エキスパート教員及び中学校体育授業実践スペシャリスト実践事例集及び授業動画の作成、周知 ○ 児童生徒及び保護者向け普及啓発資料 <ul style="list-style-type: none"> ・運動習慣を含む適切な生活習慣の定着に向けた資料の作成、配付



【授業動画】

II

北海道の児童生徒の体力の向上 に向けた有識者の意見

- 1 北海道教育大学札幌校教授 中島寿宏氏
- 2 北海道教育大学旭川校教授 高瀬淳也氏

ここでは、令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査における本道の実技調査及び質問調査の結果を踏まえた今後の取組の方向性について、有識者の意見を掲載しています。

各市町村教育委員会及び学校においては、本資料を参考にして、各地域の児童生徒の実態に応じ、今後の体育・保健体育の授業改善や体力向上の取組の改善・充実を図るなど、本資料を御活用ください。

学習としての体育が育むもの——北海道における授業改善の成果と展望

北海道教育大学札幌校教授 中島寿宏氏

【学習としての体育授業の改善こそが出発点】

学習指導要領が示す体育・保健体育の目標は、「豊かなスポーツライフを実現するための資質・能力の育成」です。つまり、学校における体育授業の本質は、子供たちが運動の楽しさや喜びを学びの中で実感し、運動・スポーツへの興味・関心を育むことにあります。体力の向上は、そうした充実した学習経験の結果として副次的に表れるものであり、体力向上そのものを直接の目標とするものとはやや異なる位置づけにあるといえるでしょう。体育授業が豊かな「学び」の場となることで、子供たちの運動への前向きな姿勢が育まれ、その先に体力の向上が結果として表れてくる——学校体育の改善を考える上で、このような関係性を大切にしていくことが重要であると考えられます。

北海道教育委員会の指導主事の先生たちが丁寧に分析してくださった令和7年度（2025年度）の調査結果も、こうした考え方を示唆するものとなっています。「体育・保健体育の授業が楽しい」と感じる子供ほど運動が好きになり、進んで学習に参加し、その結果として体力合計点が高くなるという関係が、データから読み取ることができます。体力合計点の全国平均との差が本調査開始以降最小となり、特に小学校男子では全国平均と同等の水準に到達したことも、日々の授業改善の積み重ねが一つの成果として表れてきたものと捉えることができるでしょう。

【先生たちの授業への真摯な眼差しが生み出すもの】

こうした授業改善の中心に居るのが、体育専科教員・体育エキスパート教員・中学校体育授業実践スペシャリストの先生たちをはじめとする教育現場の先生たちです。道内各地の学校を訪問する中で、先生たちが「子供たちにとってより良い学び」を真摯に追い求め、授業の目標設定、教材・教具の工夫、学習活動の設計、振り返りの充実など、授業の質を高めるために日々積み重ねておられる実践に触れてきました。自身の授業を省察し、同僚や他校の先生たちと学び合い、研修会や授業公開を通じて実践を共有しながら、学校全体の体育授業の文化を丁寧に育てていく——こうした一つ一つの取組の積み重ねが、子供たちの学びを確実に内側から豊かにしているのだと感じられます。

令和7年度（2025年度）の分析においても、体育専科・エキスパート教員が配置されている小学校やスペシャリストが在籍する中学校では、「目標を意識した学習でできたり、わかったりすることがある」「進んで学習に参加している」と回答する児童生徒の割合が高いことが示されています。先生たちの授業改善への取組が、子供たちの学びの手応えや運動への前向きな姿勢として着実に表れているといえるでしょう。子供たちの学びを支える先生たちの日々の努力と工夫に、深い敬意と感謝を表したいと思います。

【授業の質的深化が拓く、豊かなスポーツライフへの道】

また、運動を好まない子供の多くが「自分に合ったペースで取り組めたら楽しくなる」と感じているというデータは、これからの授業改善の方向性を強く示唆しています。一人ひとりの子供が「できた」「わかった」という手応えを実感できる授業づくり、すなわち個に応じた学習環境の充実こそが、運動への苦手意識を和らげ、体育授業を本当の意味での「学びの場」へと高めていく鍵となります。保健学習との連携による健康への意識化も含め、体育・保健体育をより深い学びの場として磨き続けていくことが、これからますます重要になっていくと考えられます。

平成25年度（2013年度）の体育専科教員活用事業の開始以来、体育専科・エキスパート・スペシャリストの先生たちを中心に、道内各地の先生たちが校内や地域で互いに学び合い、高め合いながら、北海道の体育・保健体育授業の質を着実に高めてきました。その取組は広がりを見せながら、各学校における日々の授業実践の中に息づき、子供たちの学びの充実として確実に表れてきています。授業での豊かな学びが、子供たちの運動への興味・関心を育み、さらには生涯にわたる豊かなスポーツライフへとつながっていく力となっています。

体力の数値は、こうした学びの成果の一つとしてその歩みを示す指標ではありますが、その背景には、日々の授業の中で子供たち一人ひとりの学びに向き合い続けている先生たちの実践があります。これからも、道内の先生たち一人ひとりの授業への工夫と探究が積み重なり、北海道の子供たちに運動の楽しさや喜びが広がり続けていくことを、心から期待しています。

<参考文献>

北海道教育委員会（2025）令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 調査結果のポイント・分析資料

「できる」「わかる」の主語は？

北海道教育大学旭川校教授 高瀬 淳也 氏

先日、学内の懇親会である先生から、これまで自分が受けてきた体育授業について率直な思いを伺う機会がありました。話の内容は、子どものころ、周囲と比べて全くできず体育が嫌いだったこと、開脚跳びの授業でできないまま過ごす時間がつらかったこと、長距離走は苦しいだけで授業とは思えなかったことなど、なかなか厳しい内容で、体育に対する否定的な印象が強く刻まれているようでした。

今年度の北海道の児童生徒の体力・運動能力の分析を見ると、ここ数年の体力合計点が上昇傾向にあり、「上昇」「差が縮まった」という分析の言葉からも、改善の兆しが見えています。また、体育授業を「楽しい」と感じている児童生徒ほど体力合計点が高い、授業の中で目標を意識し「できた」「わかった」と実感できている児童生徒も体力合計点が高い、という結果が示されています。こうした傾向から、授業の質が児童生徒の体力向上に結びついていることが、今回のデータからもはっきりと確認できます。冒頭の先生の話进行を思い返すと、なおさら「できる・わかる」を実感できる授業の大切さを感じます。

令和7年度（2025年度）も、体育専科・エキスパート教員の配置校やスペシャリストの在籍校を訪問し、先生方の授業を見せていただきました。先生方の熱意が本当によく伝わるとともに、ここ数年で授業の質が確実に高まっていると感じます。特に「この授業は何を目指しているのか」が明確で、それが児童生徒の姿に表れる授業が増えてきました。焦点化を意識するあまり、実態とずれてしまう授業もありますが、それは怠慢ではなく、むしろ子どもたちに向き合った結果です。こうした授業をつくろうと努力する先生方が増えていることが、北海道の体力向上を支えていると言えます。

一方で、分析結果からは、引き続き取り組むべき課題も見えてきます。児童生徒の運動習慣は依然として十分とは言えず、週の総運動時間が少ないほど体力合計点が低いという結果も示されています。これは、学校の体育授業だけでは補いきれない部分が存在しているという事実でもあります。だからこそ、授業の中で「運動って少し楽しいかも」と思える経験を積ませることが、学校外の運動につながる大事な入口になると思います。

厚生労働省（2025）によると、高齢者ほど運動を継続している割合が高いと報告しています。また、長期に運動を続けている人は、運動によって「達成感が得られる」「ストレスが軽くなる」「気分が前向きになる」といった心理的な効果を期待しているとの報告（江口他、2019）もあります。私自身も、できる範囲で運動を続けています。最近ベンチプレスで1.25kgずつ重さを増やす「小さなできる」に挑戦しています。わずかな重さの違いですが、前回より少し重いものが上がった瞬間の感覚は格別で、その小さな達成感が次の挑戦につながります。

こうした経験を重ねる中で、「できる」「わかる」という言葉は、「何が」という主語を明確にすることが大切なのだと感じるようになりました。体育授業で求められる「できる」は、開脚跳びができるかどうかや、長距離を速く走れるかどうかだけではありません。児童生徒が「どの動きが、どの程度までできるようになりそうか」「どこまで近づいているのか」といった、一人一人にとっての「できる」を具体的に描くことが重要です。

この視点で体育専科やエキスパートの先生方の授業を振り返ると、「この授業は何を目指しているのか」を明確にすることは、児童生徒にとって「何ができるようになるのか」「何がわかるようになるのか」を具体的に示すことにつながっています。このように主語がはっきりした授業は、児童生徒が自分の学びに取り組みやすくなり、結果として運動への見方や運動習慣の形成の一助にもなっていくはずです。今後も児童生徒の未来につながる「できる」「わかる」を一緒に育てていけたらと思います。

<参考・引用文献>

江口泰正・井上彰臣・太田雅規・大和浩（2003）運動継続者に見られる継続理由の特色—労働者における運動継続への行動変容アプローチに関する研究—

産業衛生学雑誌：45（6）：244-252

北海道教育委員会（2025）令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査 調査結果のポイント・分析資料

厚生労働省（2025）令和6年 国民健康・栄養調査結果の概要

Ⅲ

各管内の状況

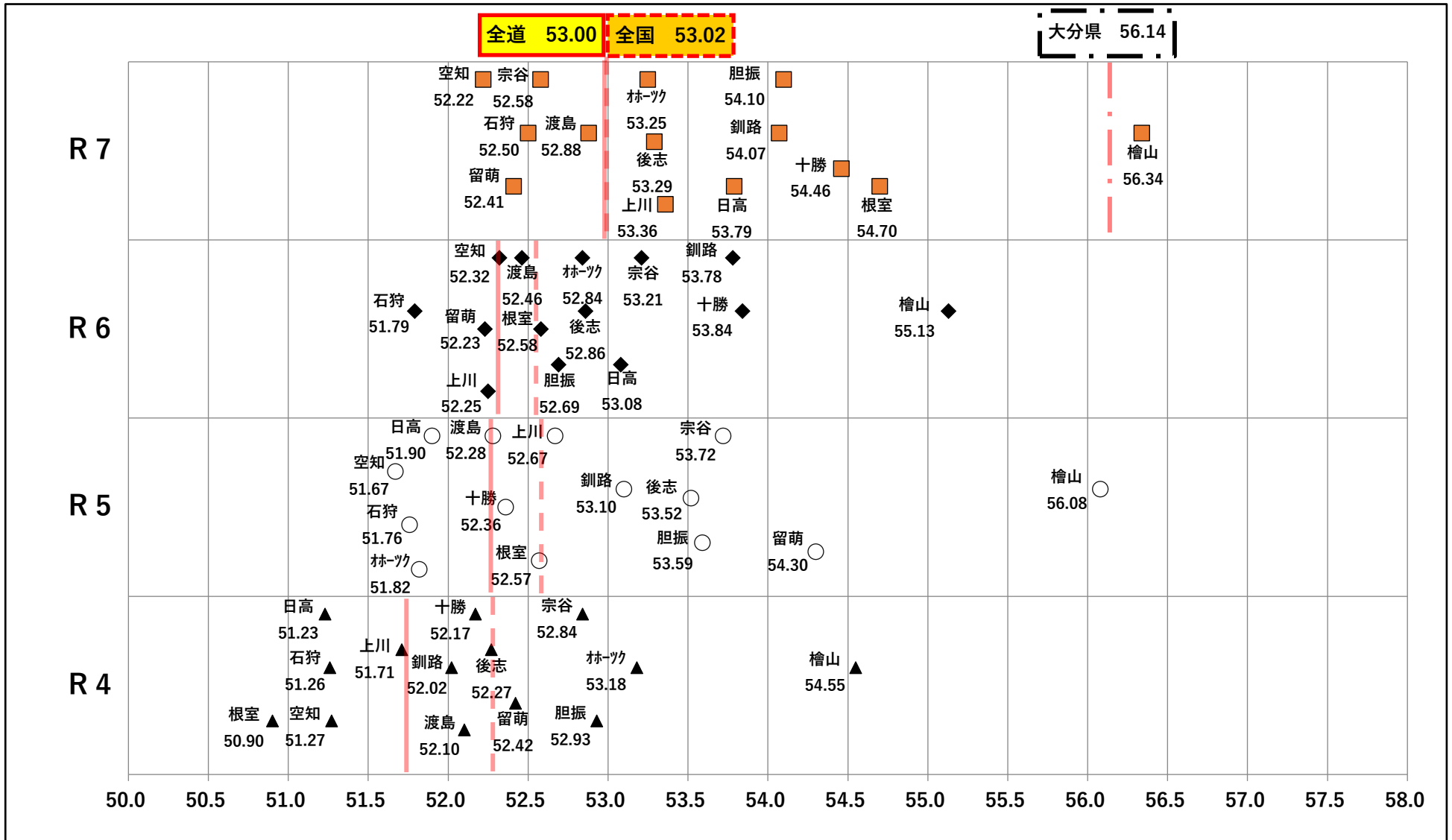
- 1 管内の体力合計点の分布
- 2 管内の状況、分析及び体力向上策



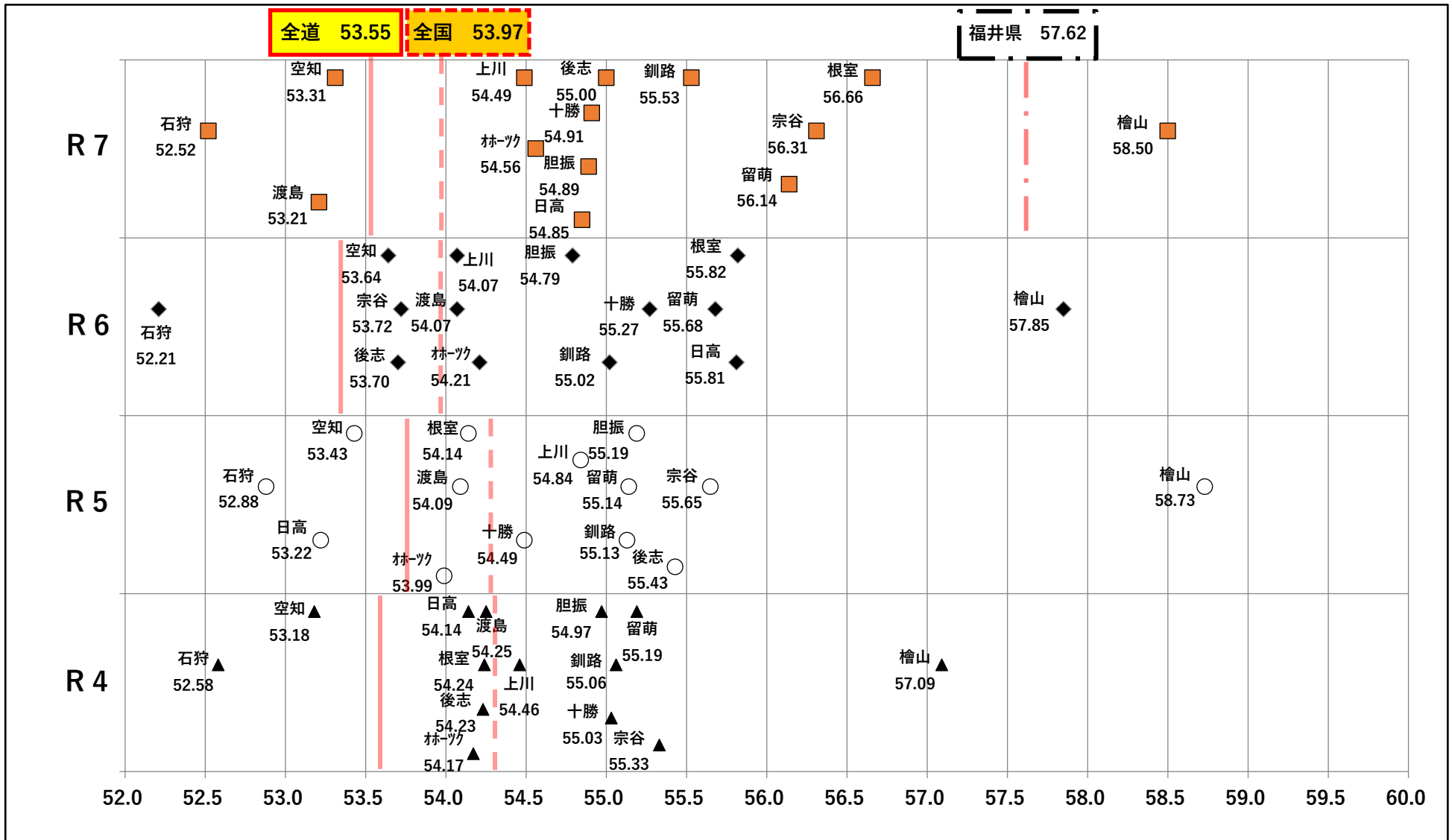
ここでは、令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査における管内の結果を分析し、「管内の体力合計点の分布」、「管内の状況、分析及び体力向上策」を掲載しています。各市町村教育委員会及び学校においては、各管内の状況や体力向上策を把握し、今後の取組を工夫改善するなど、各地域や学校における取組の更なる充実に向け、本資料を御活用ください。

1 管内の体力合計点の分布

(1) 小学校男子

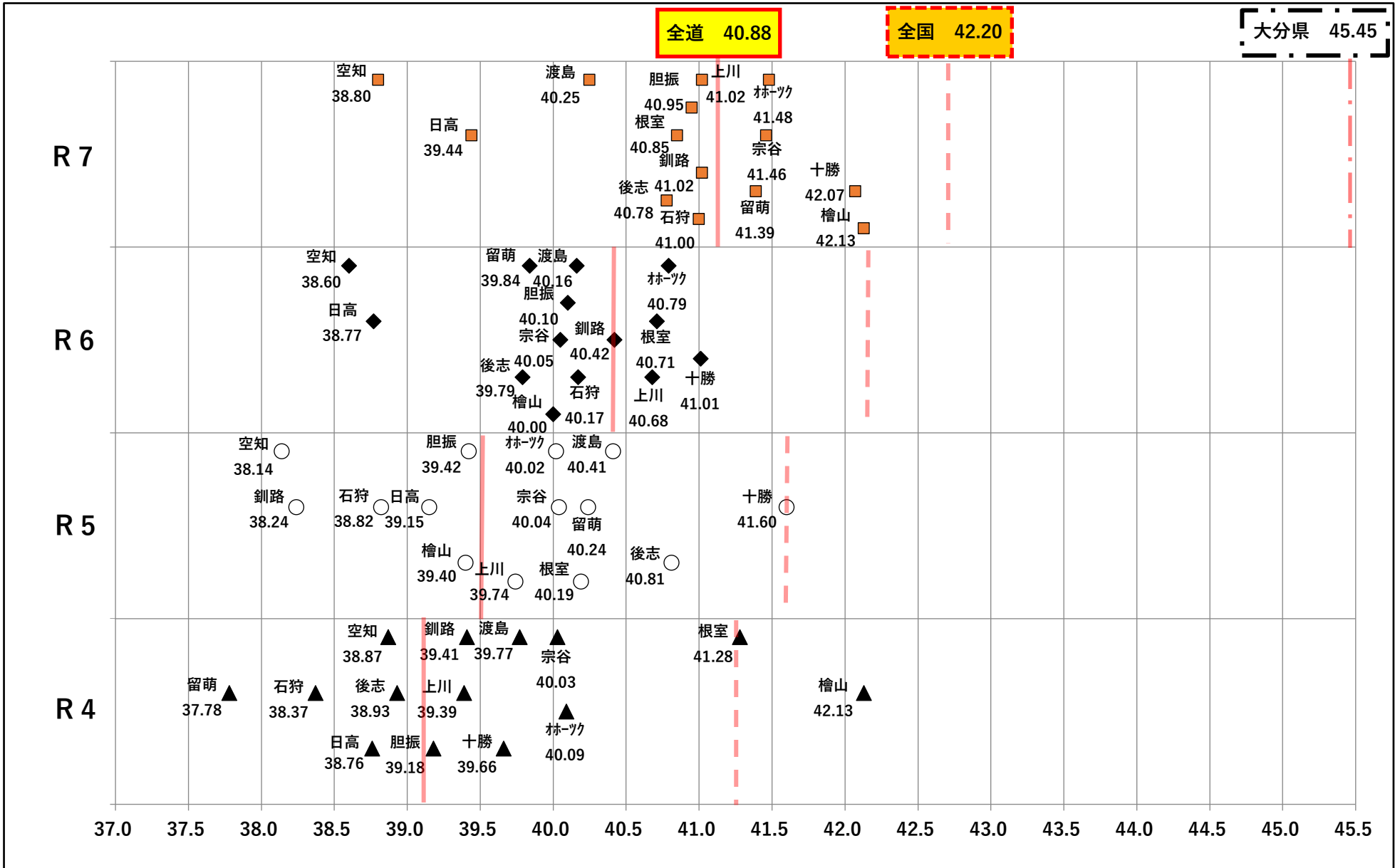


(2) 小学校女子

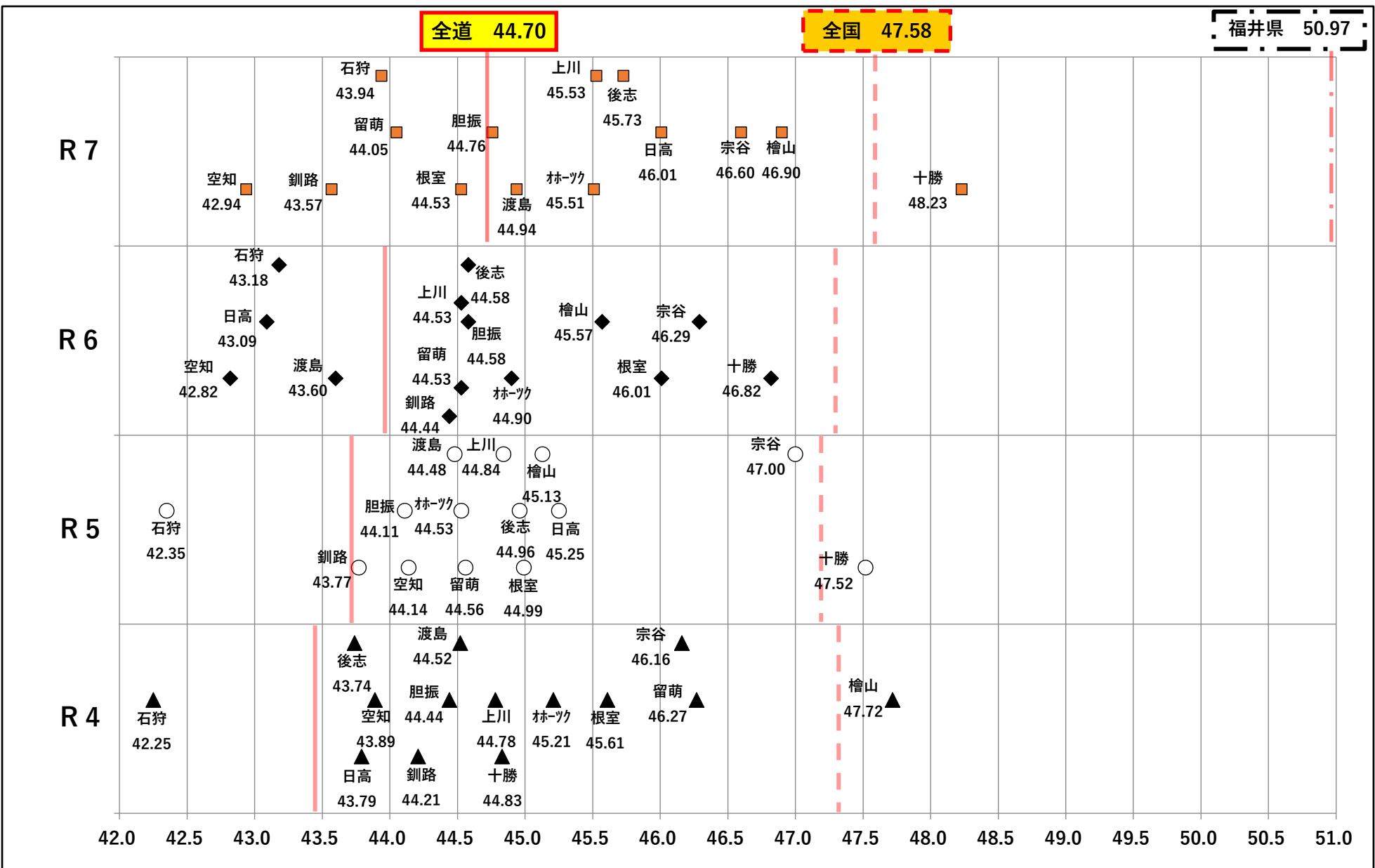


※ [] は、都道府県の中で、体力合計点が最も高い県

(3) 中学校男子



(4) 中学校女子



※ [] は、都道府県の中で、体力合計点が最も高い県

空知管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校56校・児童数1,595名、中学校37校・生徒数1,578名

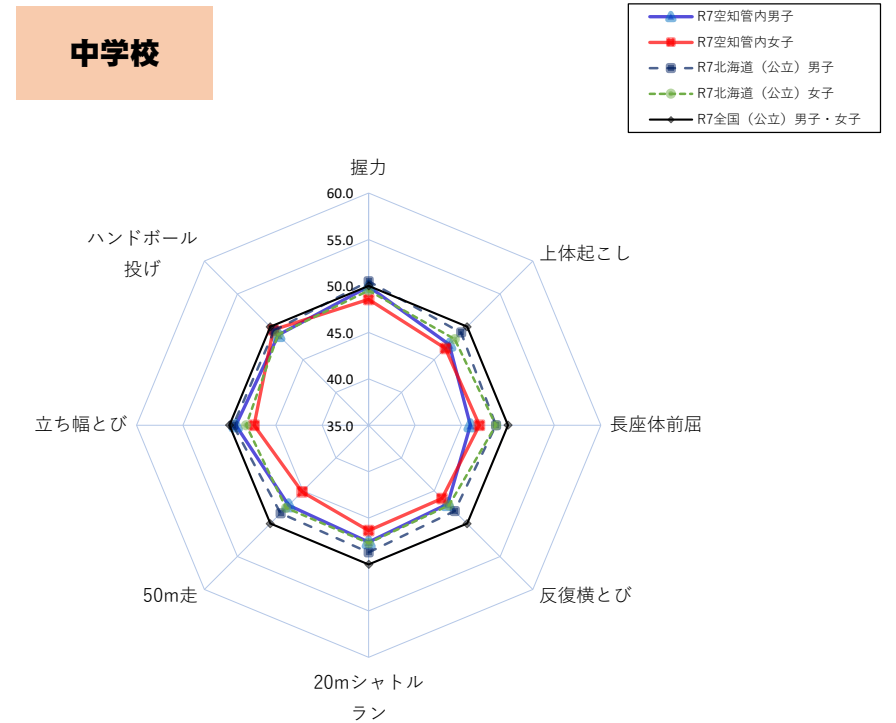
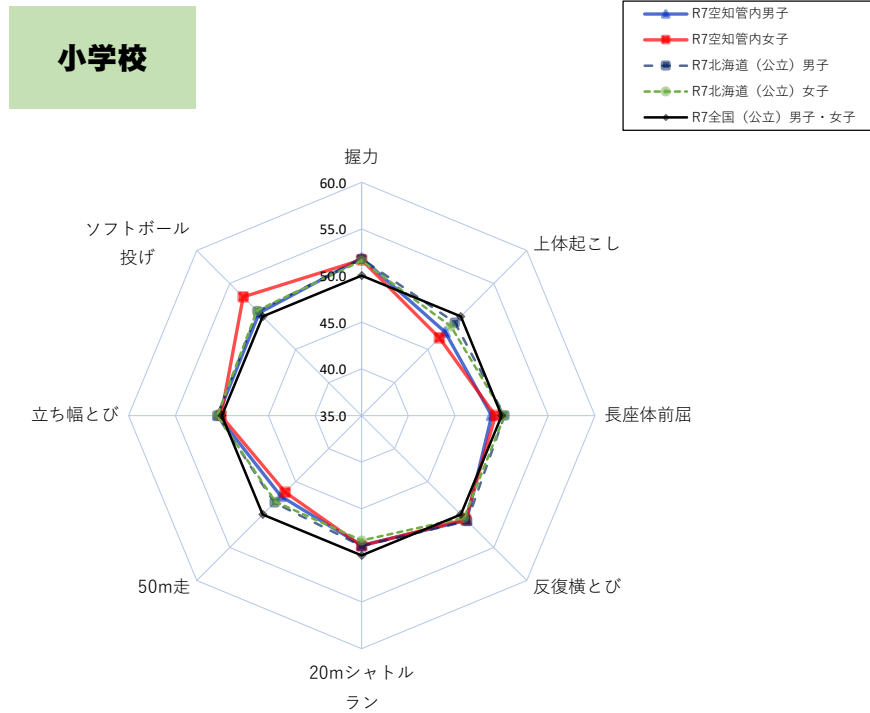
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7空知管内男子	16.69	18.00	32.92	41.64	45.65	9.76	152.00	21.51	52.22
R7空知管内女子	16.26	16.54	37.53	39.28	35.20	10.10	142.55	14.52	53.31
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7空知管内男子	28.90	24.37	40.51	48.85	72.68	8.26	195.25	19.95	38.80
R7空知管内女子	22.46	19.69	43.61	42.73	43.44	9.41	158.85	12.22	42.94
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.4	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

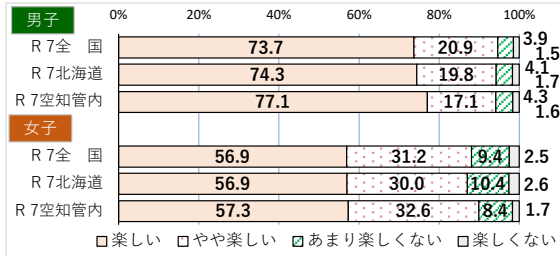


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

【児童質問調査】

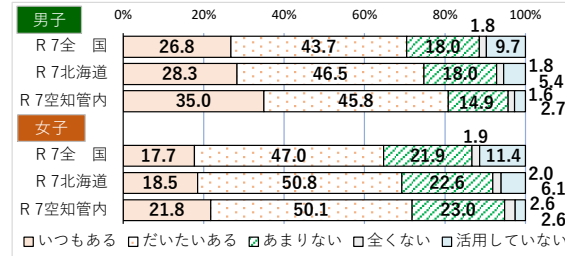
・体育の授業は楽しいですか。



中学校

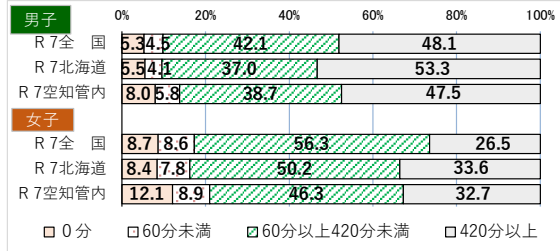
【生徒質問調査】

・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



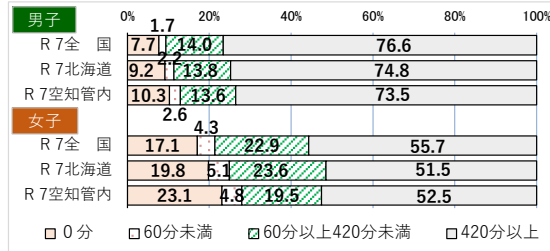
【児童質問調査】

・学校の体育の授業以外で、運動やスポーツをどのくらいの時間していますか。



【生徒質問調査】

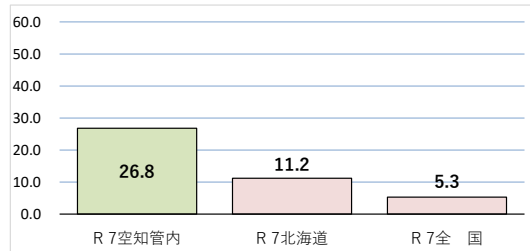
・学校の運動部や地域のクラブ活動、地域のスポーツクラブ、それ以外の運動やスポーツ、それぞれ何分ぐらい活動していますか。



【学校質問調査】

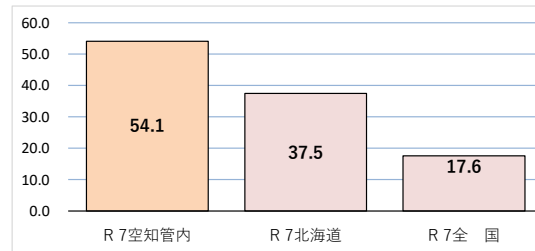
小学校

・体育授業において毎時間ICTを活用している。



中学校

・保健体育授業において毎時間ICTを活用している。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・小学校においては、体育授業において継続的にICTを活用し、運動の楽しさを実感できる指導の工夫を行ったことにより、運動に対する意欲が高まり、「体育の授業が楽しい」と感じる児童の割合が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・小学校においては、学校の体育の授業以外での運動時間が全国及び全道を下回っていることが、体力合計点が全国及び全道を下回った要因の一つとして考えられる。

中学校

【成果】

・中学校においては、保健体育授業において継続的にICTを活用し、技能や知識の定着につなげるための指導の工夫を行ったことにより、保健体育の授業でタブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあると肯定的に回答している生徒の割合が、全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・中学校においては、学校の運動部や地域のクラブ活動、地域のスポーツクラブ、それ以外の運動やスポーツの運動時間が全国及び全道を下回っていることが、体力合計点が全国及び全道を下回った要因の一つとして考えられる。

■ 空知管内の体力向上に向けた改善方策

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえた各学校における体力向上の取組に係るカリキュラム・マネジメントの充実
- ・スポーツ庁の「ICT端末を活用した体育・保健体育授業の事例集」を参考にしたデジタル学習基盤を活用した「主体的・対話的で深い学び」の視点からの授業改善の推進及び授業実践セミナー等の開催による好事例の普及・啓発
- ・各市町教育委員会との連携による望ましい運動習慣や生活習慣の確立に向けた協議会の企画・実施及び協議会の内容の普及・啓発

石狩管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校267校・児童数17,244名、中学校136校・生徒数15,217名

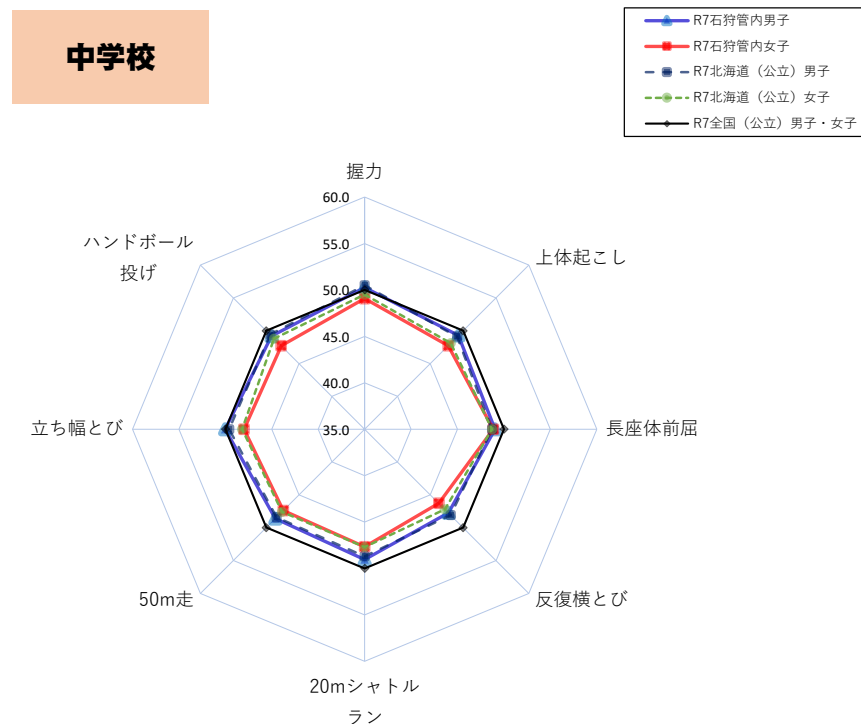
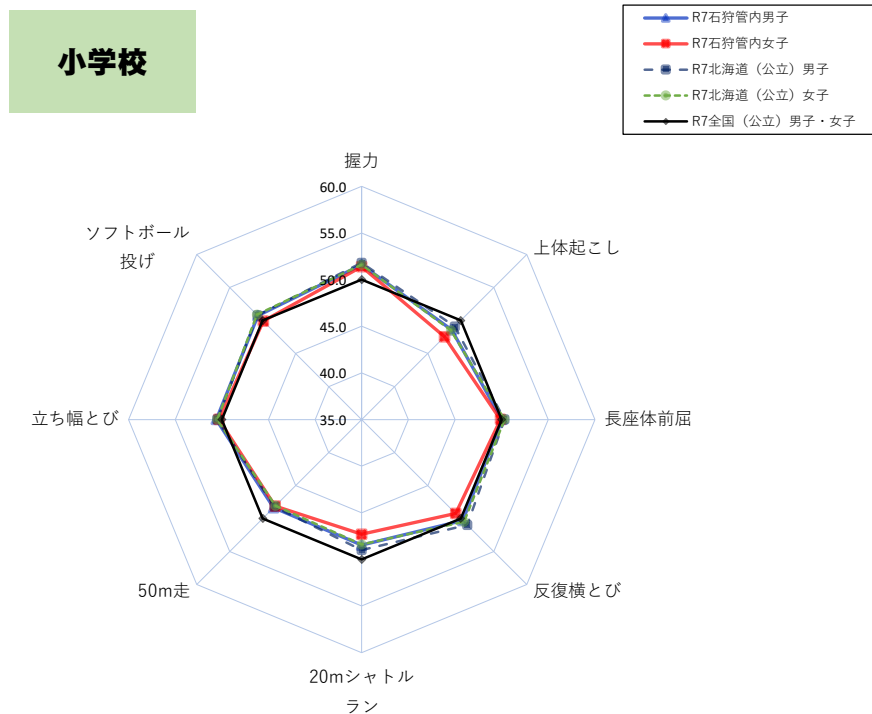
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7石狩管内男子	16.58	18.59	33.91	41.15	44.67	9.64	152.42	21.69	52.50
R7石狩管内女子	16.15	16.99	38.03	38.13	32.51	9.96	143.10	13.08	52.52
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7石狩管内男子	29.14	25.65	44.02	49.53	76.39	8.13	197.59	20.23	41.00
R7石狩管内女子	22.71	20.30	45.72	42.82	46.02	9.21	160.69	11.44	43.94
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.40	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

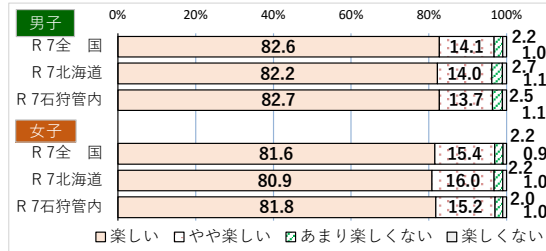


○ 質問調査の状況

小学校

【児童質問調査】

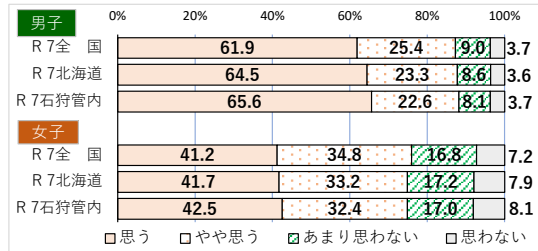
- ・どんなときに体育の授業が楽しいと感じますか。（できなかったことができるようになったとき）



中学校

【生徒質問調査】

- ・中学校を卒業した後も、自主的に運動やスポーツをする時間を持たたいと思いますか。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

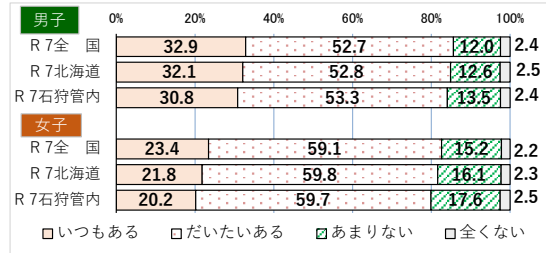
- ・小学校においては、授業において児童生徒に体を動かすことの楽しさを実感させることを大切に、「『できなかったことができるようになったとき』に体育の授業が楽しいと感じる」と回答している児童の割合が多い実態に応じた指導を工夫したことにより、体力合計点が昨年度よりも上昇したと考えられる。

【課題】

- ・全国及び全道と比較して、授業において体を動かすことの楽しさを実感させることを大切にしている学校の割合は高いものの、目標を意識して学習することで「できたり、わかったり」することがあると肯定的に回答した児童の割合が、全国及び全道を下回っており、技能や知識の定着に十分つなげていない要因の一つであると考えられる。

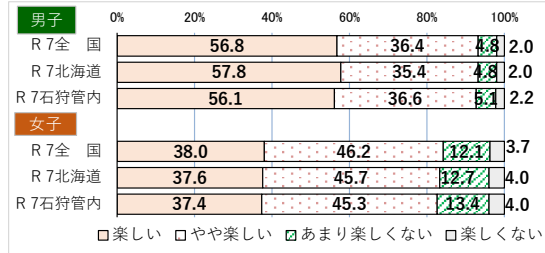
【児童質問調査】

- ・体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがあります。



【生徒質問調査】

- ・保健体育の授業は楽しいですか。



中学校

【成果】

- ・中学校においては、授業において体を動かすことの楽しさを実感させることを大切にしたことにより、体力合計点が昨年度よりも上昇するとともに、卒業した後も自主的に運動やスポーツをする時間を持たたいと思うと回答した生徒の割合が、全国及び全道を上回ったと考えられる。

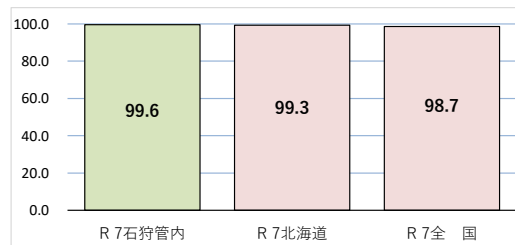
【課題】

- ・全国及び全道と比較して、体を動かすことの楽しさを実感させることを大切にしている学校の割合は高いものの、目標を意識した学習で、「できたり、わかったり」することに課題が見られたことから、「保健体育の授業は楽しい」と肯定的に回答した生徒の割合が、全国及び全道を下回ったと考えられる。

【学校質問調査】

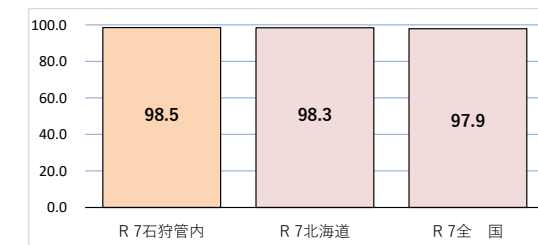
小学校

- ・授業において体を動かすことの楽しさを実感させることを大切にしている



中学校

- ・授業において体を動かすことの楽しさを実感させることを大切にしている



■ 石狩管内の体力向上に向けた改善方策

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査及び新体力テスト結果を踏まえた、体力向上に向けた検証改善サイクルの確立
- ・各学校における体育科・保健体育科の「主体的・対話的で深い学び」の視点からの授業改善の推進
- ・小学校体育エキスパート教員、小学校体育専科教員、中学校体育授業改善推進教員と連携した、各学校の体力向上に係る組織的・協働的な取組の推進

後志管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校54校・児童数1,121名、中学校36校・生徒数1,179名

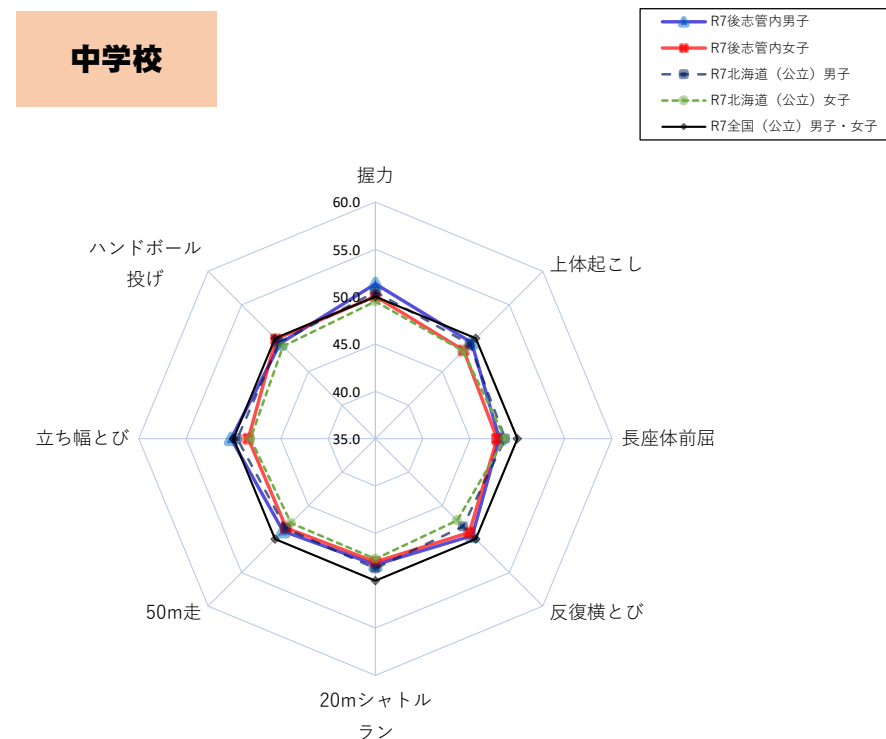
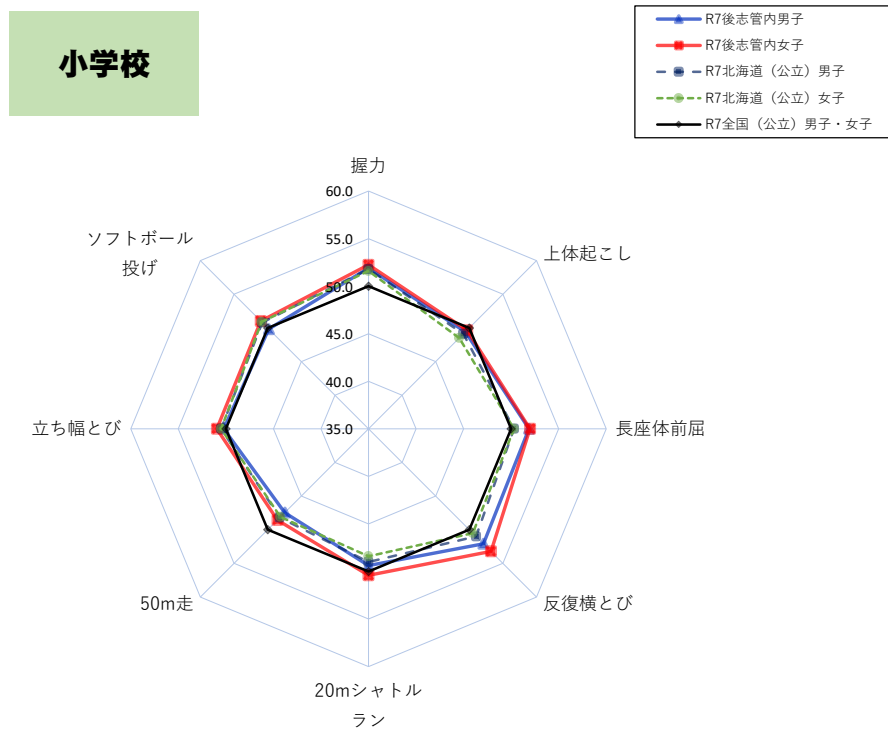
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7後志管内男子	16.70	19.10	35.56	42.67	46.61	9.74	151.50	20.92	53.29
R7後志管内女子	16.48	18.17	39.97	41.14	37.49	9.91	144.65	13.60	55.00
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7後志管内男子	29.95	25.69	42.94	51.15	74.52	8.11	198.31	20.26	40.78
R7後志管内女子	23.17	20.59	44.63	44.97	46.69	9.12	161.96	12.38	45.73
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.4	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

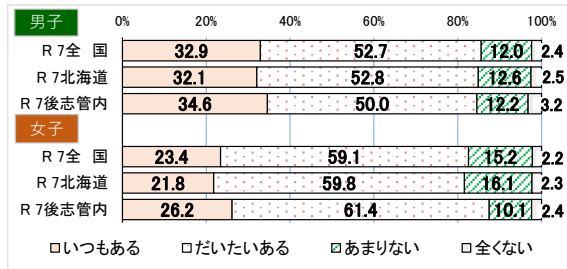


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

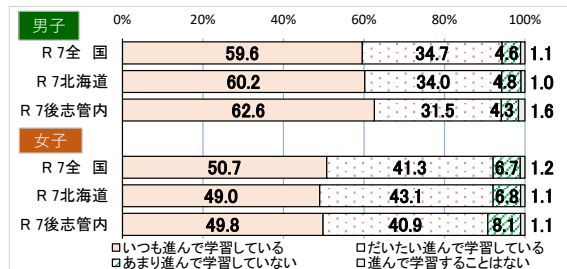
【児童質問調査】

・体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識した学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



【児童質問調査】

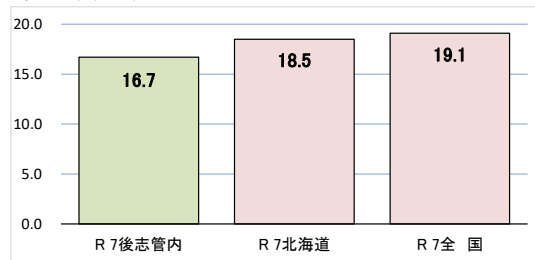
・体育の授業で、進んで学習に参加していますか。



【学校質問調査】

小学校

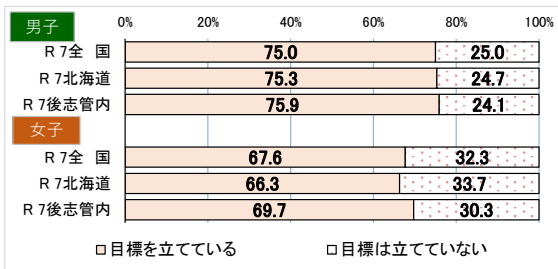
・児童が主体的に体力向上に取り組むために、運動時間が少ない児童に対する取組を行っている



中学校

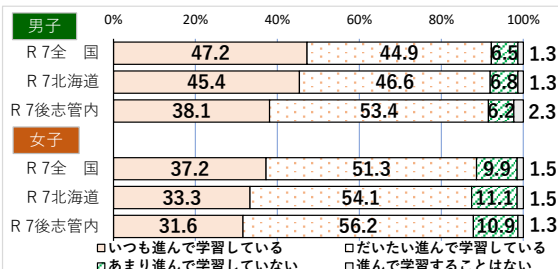
【生徒質問調査】

・体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てていますか。



【生徒質問調査】

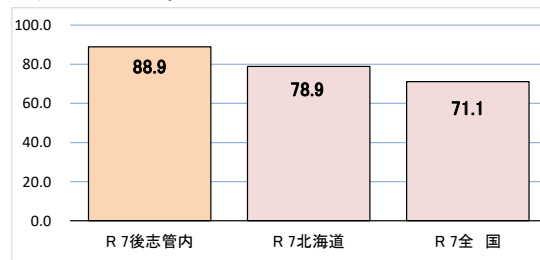
・保健体育の授業で、進んで学習に参加していますか。



【学校質問調査】

中学校

・保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標を生徒に示す活動をいつも取り入れている。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・管内で、目標を設定し、意欲的に取り組む授業づくりを進めたことにより、「体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識した学習をすることで『できたり、わかったり』することがいつもある」と回答した児童の割合や体力合計点が、男女とも全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・「体育の授業で、進んで学習に参加している」と肯定的に回答している児童の割合が、男子において全国を下回り、女子において全国及び全道を下回っている状況は、「児童が主体的に体力向上に取り組むために、運動時間が少ない児童に対する取組を行っている」と回答した学校の割合が全国及び全道を下回っていることが、要因の一つとして考えられる。

中学校

【成果】

・「保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標を生徒に示す活動をいつも取り入れている」と回答した学校の割合が、全国及び全道を上回っていることにより、「体力テストの結果や体力・運動能力の向上について、自分なりの目標を立てている」と肯定的に回答した生徒の割合が、男女ともに全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・体力合計点が、男子において全国及び全道を、女子において全国を下回っている状況は、「保健体育の授業では、進んで学習に参加している」と肯定的に回答した生徒の割合が男女ともに全国及び全道を下回っていることが、要因の一つとして考えられる。

■ 後志管内の体力向上に向けた改善方策

- ・運動が苦手な子どもや運動に意欲的でない子どもへの指導の在り方について配慮しながら、全ての子どもが楽しく、安心して運動に取り組める学習活動に向けた授業改善の推進
- ・子どもが仲間と対話を深め、協力して解決していくプロセスや、自らの学習活動を振り返るプロセスを位置付けるなど、単元を見通した授業改善の推進
- ・各学校が、地域の取組を活用した体力向上に取り組めるよう、地域の運動やスポーツに関する行事の把握及び発信

胆振管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校62校・児童数2,507名、中学校44校・生徒数2,494名

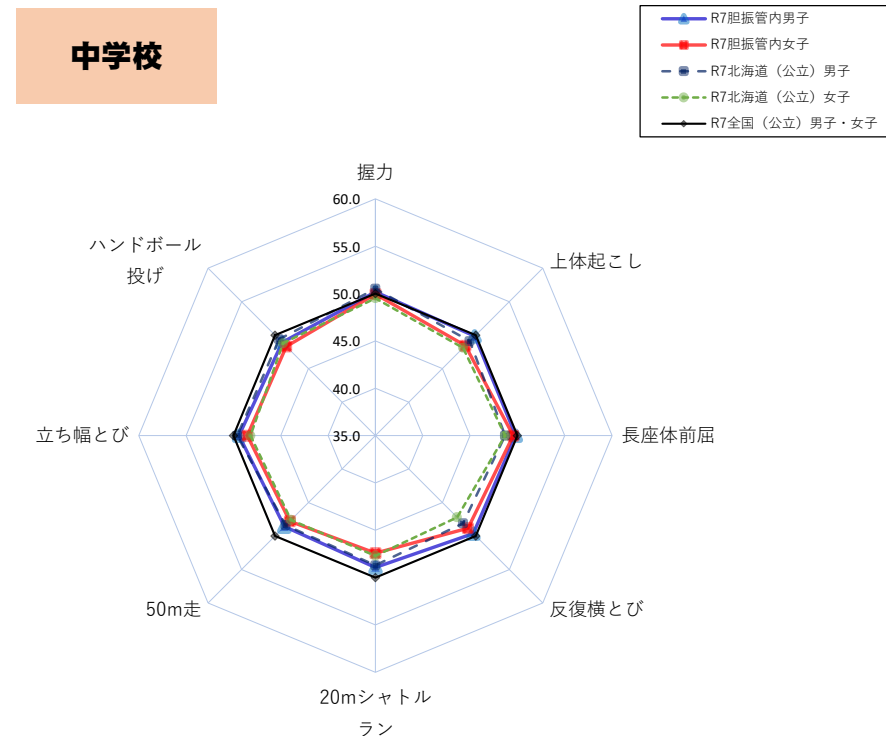
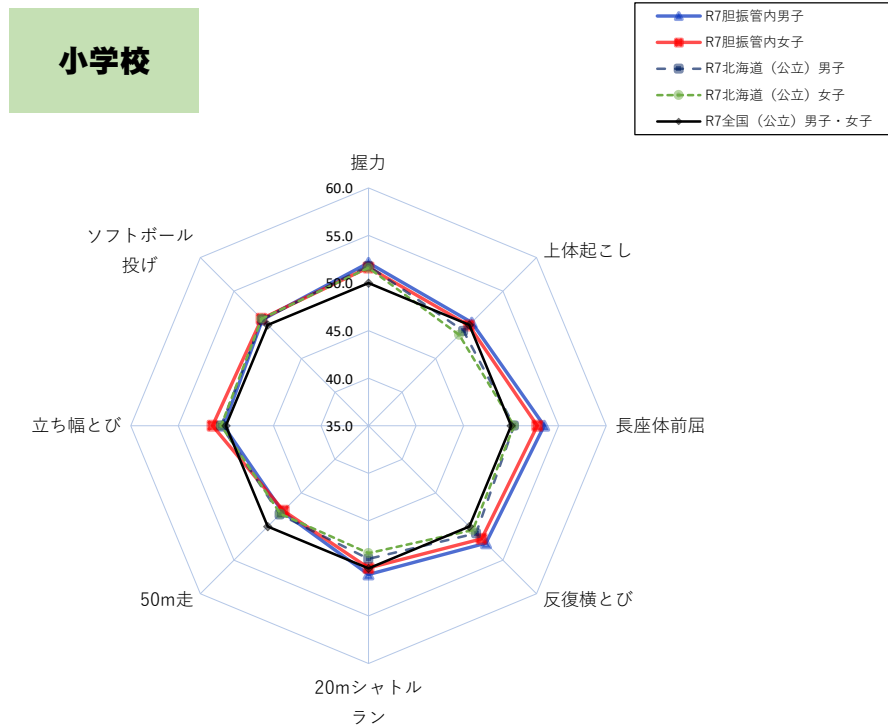
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7胆振管内男子	16.79	19.68	36.99	42.99	49.31	9.71	151.54	21.71	54.10
R7胆振管内女子	16.25	18.31	40.68	40.08	36.78	10.00	145.75	13.54	54.89
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7胆振管内男子	29.08	25.98	44.92	51.30	76.09	8.13	195.58	20.07	40.95
R7胆振管内女子	23.12	20.74	46.51	44.82	45.52	9.17	162.25	11.71	44.76
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.4	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

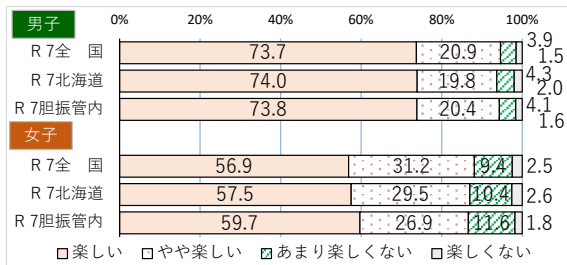


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

【児童質問調査】

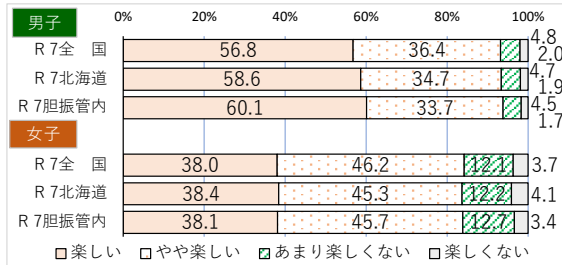
・体育の授業は楽しいですか。



中学校

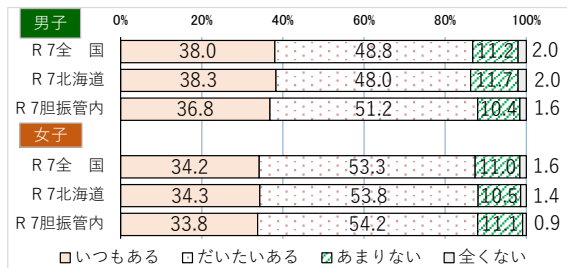
【生徒質問調査】

・保健体育の授業は楽しいですか。



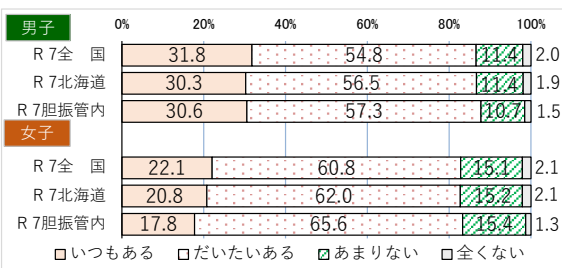
【児童質問調査】

・体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりする学習で「できたり、わかったり」することがありますか。



【生徒質問調査】

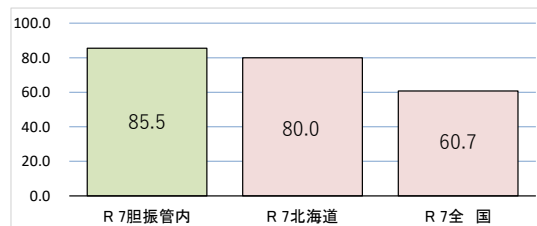
・保健体育の授業で、目標を意識した学習で「できたり、わかったり」することがありますか。



【学校質問調査】

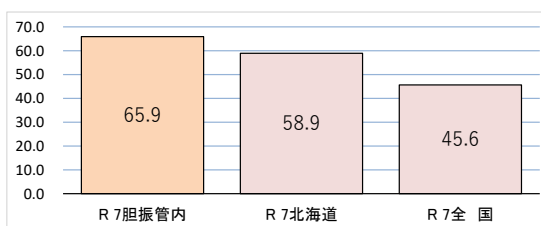
小学校

・体育授業で児童同士で話し合う活動を全ての学年で取り入れている。



中学校

・運動やスポーツが苦手な生徒がいる場合、授業中に生徒自らが工夫して（運動を）行えるようにしている。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・小学校においては、多くの学校で体育授業において児童同士で話し合う活動を全ての学年で取り入れるなど、指導の工夫を行ったことにより、体力合計点が男女ともに全国及び全道を上回るとともに、「体育の授業が楽しい」と感じる児童の割合が男女ともに全国を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、話し合う活動を全ての学年で取り入れている学校の割合は高いものの、技能や知識の定着が児童の実感に十分つながっていないため、体育の授業で友達と助け合ったり、教え合ったりする学習で、「できたり、わかったり」することがいつもあると回答している児童の割合が、全国及び全道を下回ったと考えられる。

中学校

【成果】

・中学校においては、保健体育授業において、運動やスポーツが苦手な生徒がいる場合、授業中に生徒が自ら工夫して運動を行えるようにするなど、指導の工夫を行ったことにより、体力合計点が男女ともに全道を上回るとともに、「体育の授業が楽しい」と感じる生徒の割合が男女ともに全国を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、運動が苦手な生徒がいる場合に、生徒自らが工夫して運動を行えるようにしているものの、目標を意識した技能や知識の定着に十分つながっていないため、保健体育の授業で、目標を意識した学習で「できたり、わかったり」することがいつもあると回答している生徒の割合が、全国を下回ったと考えられる。

■ 胆振管内の体力向上に向けた改善方策

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえた体力向上や体育・保健体育授業の改善・充実に係る管内独自資料の作成及び普及啓発
- ・運動やスポーツに意欲的に取り組む態度の醸成に向けた、子どもが自己の能力や適性、興味・関心に応じて、仲間等と気軽に楽しく運動に参加することができる機会の提供
- ・望ましい運動習慣や生活習慣の確立に向けた協議会の企画・実施及び運動習慣等の向上を目指し、自ら目標を立て実行するための取組の充実

日高管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校22校・児童数427名、中学校14校・生徒数396名

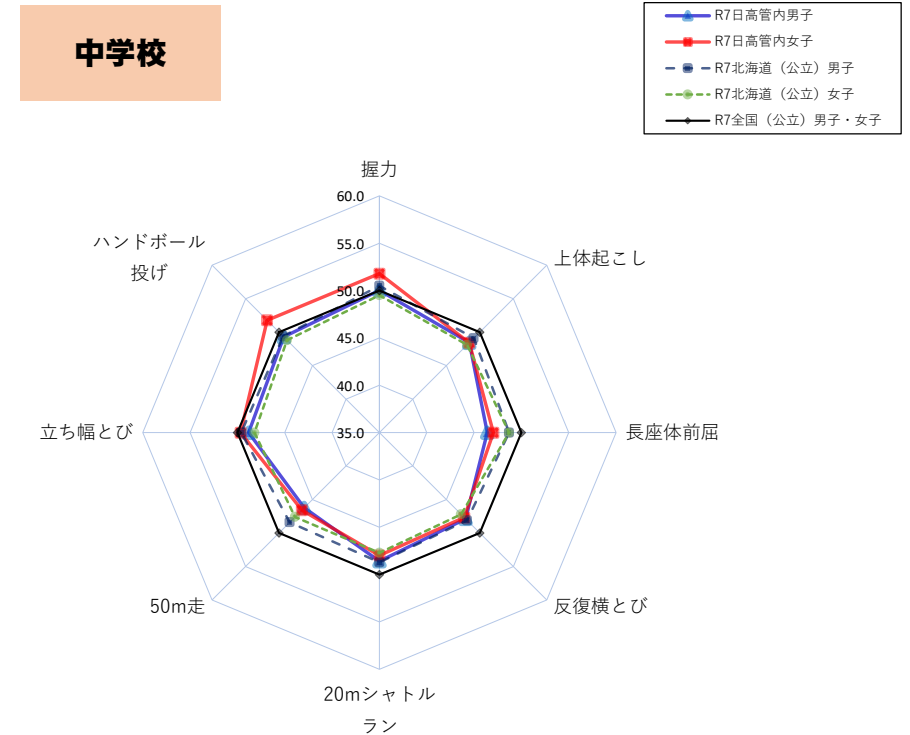
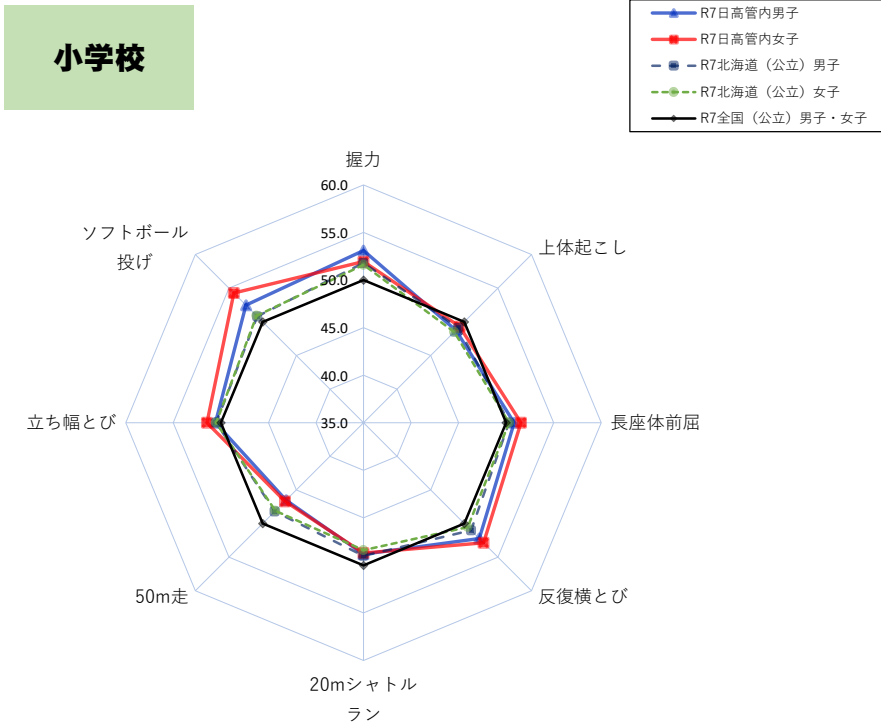
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7日高管内男子	17.17	18.68	34.64	42.76	45.43	9.85	152.36	23.13	53.79
R7日高管内女子	16.36	17.97	39.58	40.87	34.77	10.10	145.89	15.15	54.85
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7日高管内男子	28.96	25.10	41.02	49.65	75.21	8.35	193.65	20.29	39.44
R7日高管内女子	24.01	20.73	43.73	43.92	46.63	9.28	165.51	13.20	46.01
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.4	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

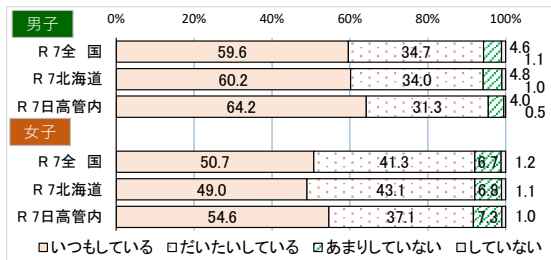


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

【児童質問調査】

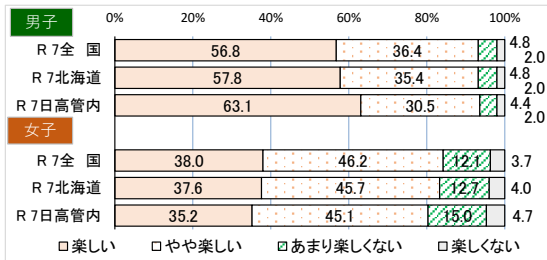
・体育の授業では、進んで学習に参加している。



中学校

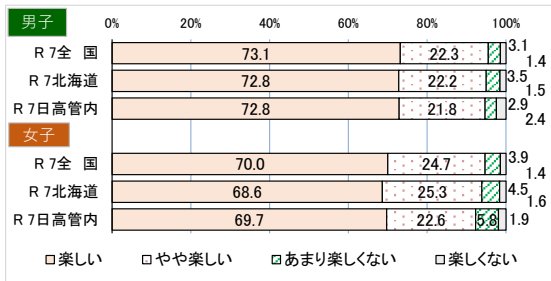
【生徒質問調査】

・保健体育の授業は楽しい。



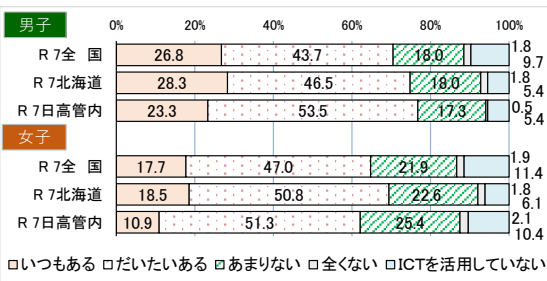
【児童質問調査】

・体育の授業で、友達と交流したり、協力できたりしたとき体育の授業が楽しいと感じる。



【生徒質問調査】

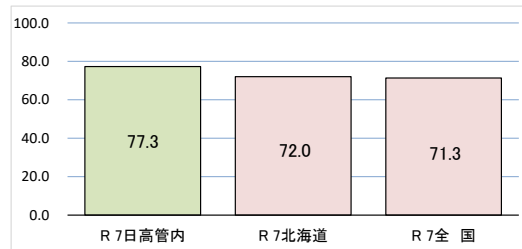
・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがある。



【学校質問調査】

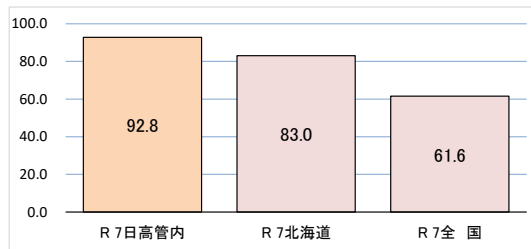
小学校

・体育授業において「技や動きができるようになること」を大切にしている。



中学校

・保健体育授業において週1時間以上ICTを活用している。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・体育授業において技や動きができるようになることを大切にしながら運動に取り組む指導の工夫を行ったことにより、授業に対する意欲が高まり、体力合計点が全国及び全道を上回るとともに、「体育の授業では、いつも進んで学習に参加している」と回答している児童の割合が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、知識及び技能が定着する指導の工夫は図っているものの、協働的な学びの充実に課題が見られることから、「体育の授業で、友達と交流したり、協力できたりしたとき体育の授業が楽しいと感じる」と肯定的に回答している児童の割合が全国及び全道を下回ったと考えられる。

中学校

【成果】

・保健体育授業において継続的にICTを活用し、意欲を高める指導の工夫を行ったことにより、女子の体力合計点が全道よりも上回るとともに、「保健体育の授業は楽しい」と回答している男子の割合が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、ICTの活用頻度は高いものの、ICTの活用が知識及び技能の定着に十分つながっていないため、「保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、『できたり、わかったり』することがいつもある」と回答している生徒の割合が、全国及び全道を下回ったと考えられる。

■ 日高管内の体力向上に向けた改善方策

- ・体育エキスパート教員や中学校体力向上推進教員等を講師にした研修会や各種訪問等で全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえた体力向上や体育・保健体育授業の改善・充実に係る指導助言
- ・各種訪問等でスポーツ庁の「ICT端末を活用した体育・保健体育授業の事例集」を参考にしたデジタル学習基盤を活用した「主体的・対話的で深い学び」の視点からの授業改善を推進
- ・各種訪問等で望ましい運動習慣や生活習慣の確立に向けた取組について指導助言及び好事例の普及

渡島管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校75校・児童数2,101名、中学校40校・生徒数2,105名

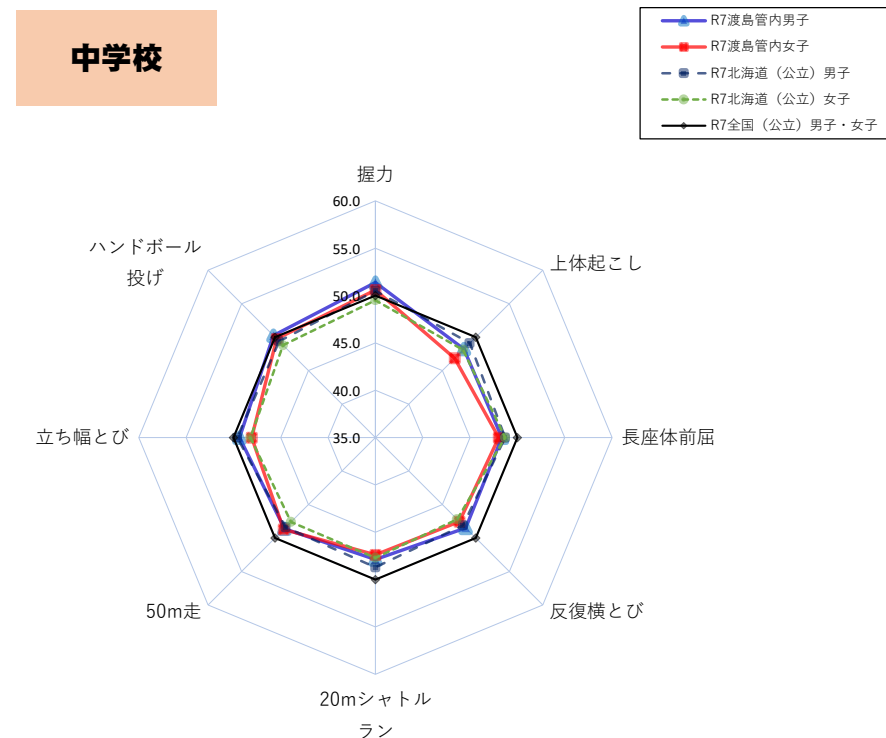
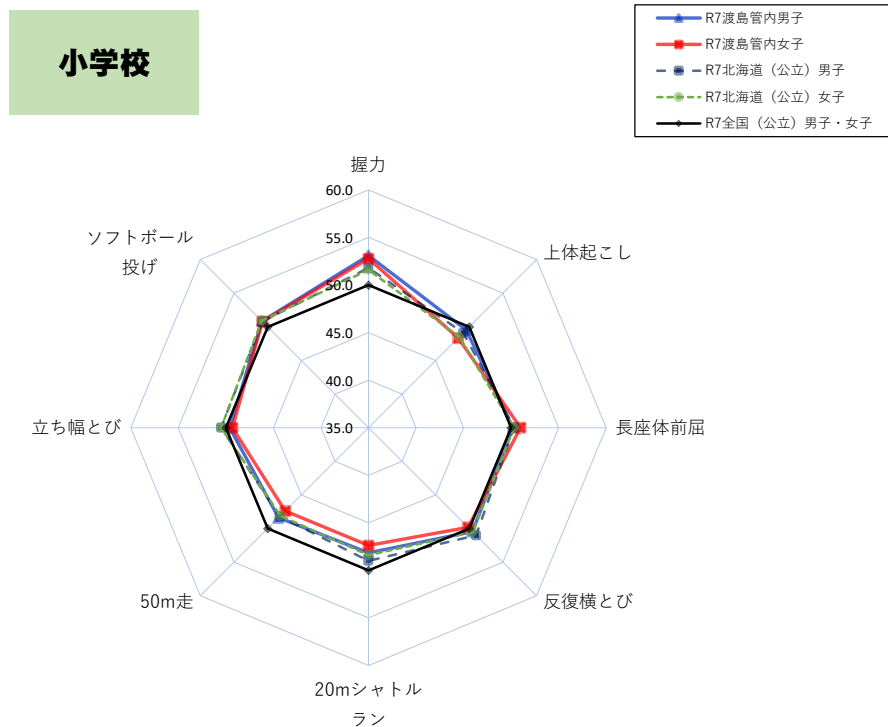
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7渡島管内男子	17.17	19.17	34.05	41.26	44.01	9.64	149.92	21.77	52.88
R7渡島管内女子	16.68	17.42	39.06	38.55	32.64	10.03	140.69	13.48	53.21
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7渡島管内男子	29.97	24.98	43.25	50.22	73.40	8.13	195.41	20.89	40.25
R7渡島管内女子	23.43	19.78	44.82	43.82	45.46	9.09	160.93	12.32	44.94
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.40	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

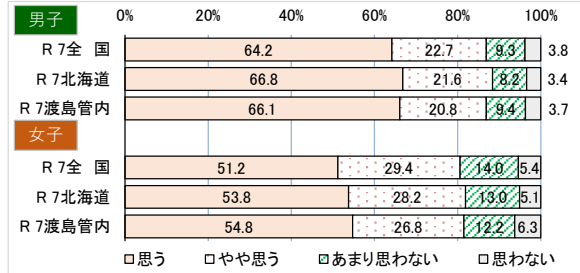


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

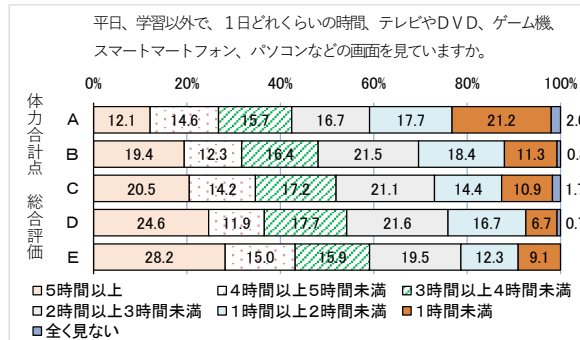
【児童質問調査】

・中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたいと思いませんか。



【児童質問調査】※男子及び女子 クロス集計

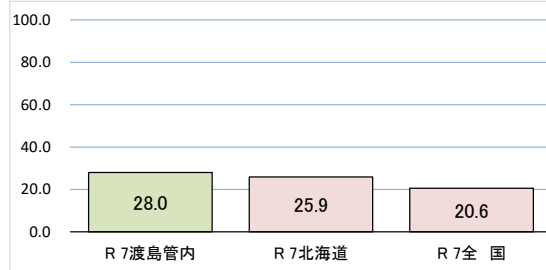
・「平日、学習以外で、1日どれくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。」×「総合評価」



【学校質問調査】

小学校

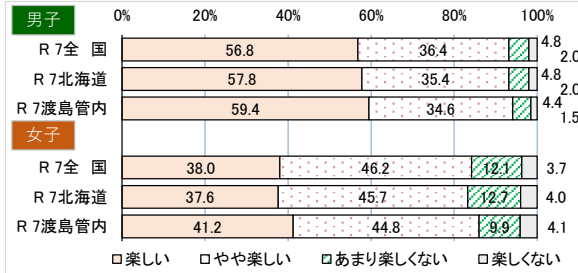
・体育の授業で学習したことを実生活で生かせるようにすることを大切にしている。



中学校

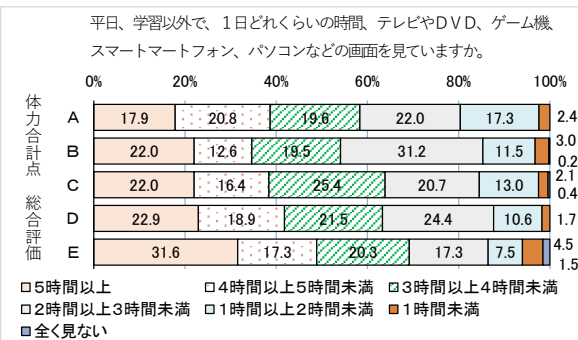
【生徒質問調査】

・保健体育の授業は楽しいですか。



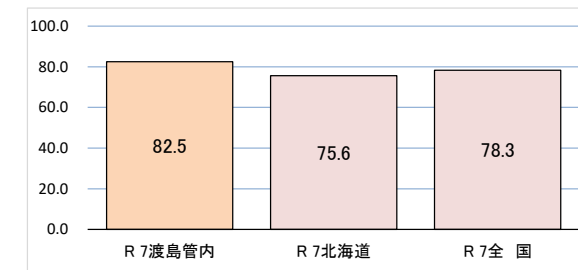
【生徒質問調査】※男子及び女子 クロス集計

・「平日、学習以外で、1日どれくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見ていますか。」×「総合評価」



中学校

・保健体育の授業で運動やスポーツが苦手な生徒がいる場合に、その生徒に合ったルール等で行えるようにしている。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・小学校においては、体育で学習したことを実生活で生かせるようにすることを大切にしたことにより、中学校に進んだら、授業以外でも自主的に運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをする時間を持ちたいと思うと回答した児童の割合が、全国を上回ったと考えられる。

【課題】

・「平日、学習以外で、1日どれくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見えていますか。」と「総合評価」をクロス集計した結果、総合評価がD・E層の児童は視聴時間が長いことから、スクリーンタイムの長さや健康的な生活の関係について理解を深めさせる必要がある。

中学校

【成果】

・中学校においては、保健体育の授業で運動やスポーツが苦手な生徒がいる場合に、その生徒に合ったルール等で行えるようにしたことにより、保健体育の授業は楽しいと回答した生徒の割合が、全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・「平日、学習以外で、1日どれくらいの時間、テレビやDVD、ゲーム機、スマートフォン、パソコンなどの画面を見えていますか。」と「総合評価」をクロス集計した結果、総合評価がD・E層の生徒は視聴時間が長いことから、スクリーンタイムの長さや健康的な生活の関係について理解を深めさせる必要がある。

■ 渡島管内の体力向上に向けた改善方策

- ・新体力テストの全学年で全種目を実施するとともに、体力向上プラン等を活用し、学校の教育目標や児童生徒の実態をはじめ、教育課以外の取組を含めた具体的な取組などについて、全教職員で共通理解を図るなど、学校の教育活動全体を通じた組織的・計画的な取組を推進するよう働きかける。
- ・体育・保健体育の授業において、運動やスポーツが苦手な児童生徒に安心感を与えたり、選択肢を与えたりするなどの指導の工夫を行うよう働きかけるとともに、管内の好事例を周知する。
- ・家庭と連携した望ましい生活習慣、運動習慣の確立に向け、家庭、地域の関係団体と連携した取組を共有するとともに、児童生徒が自ら必要な情報を収集し、適切な意思決定や行動選択を行うなど、児童生徒が健康な生活を実践するための資質・能力の育成に向けた組織的な取組を推進するよう働きかける。

檜山管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校15校・児童数155名、中学校10校・生徒数187名

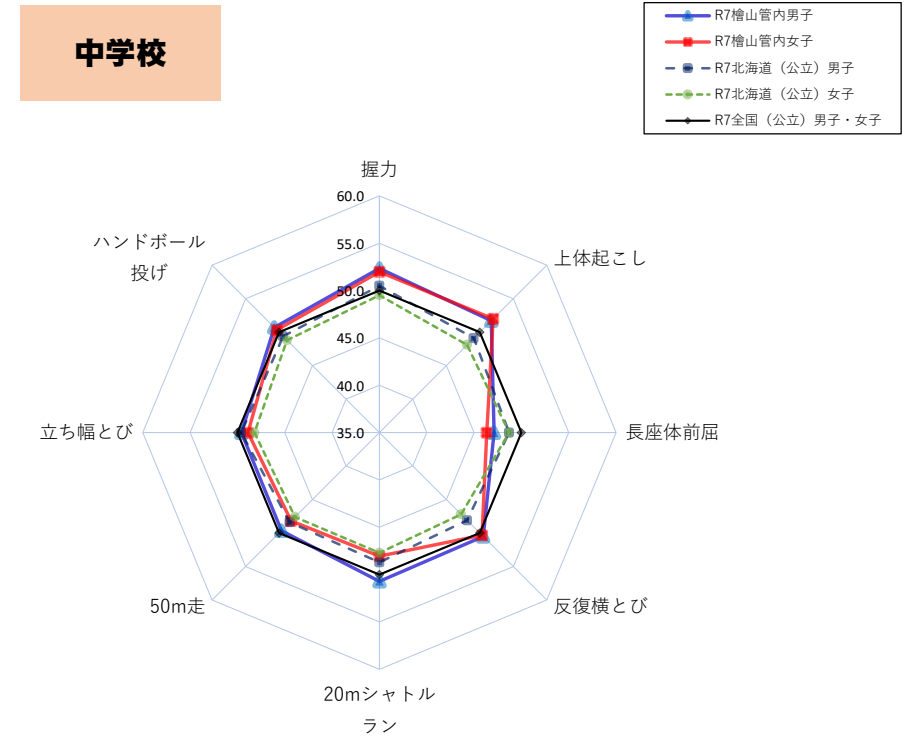
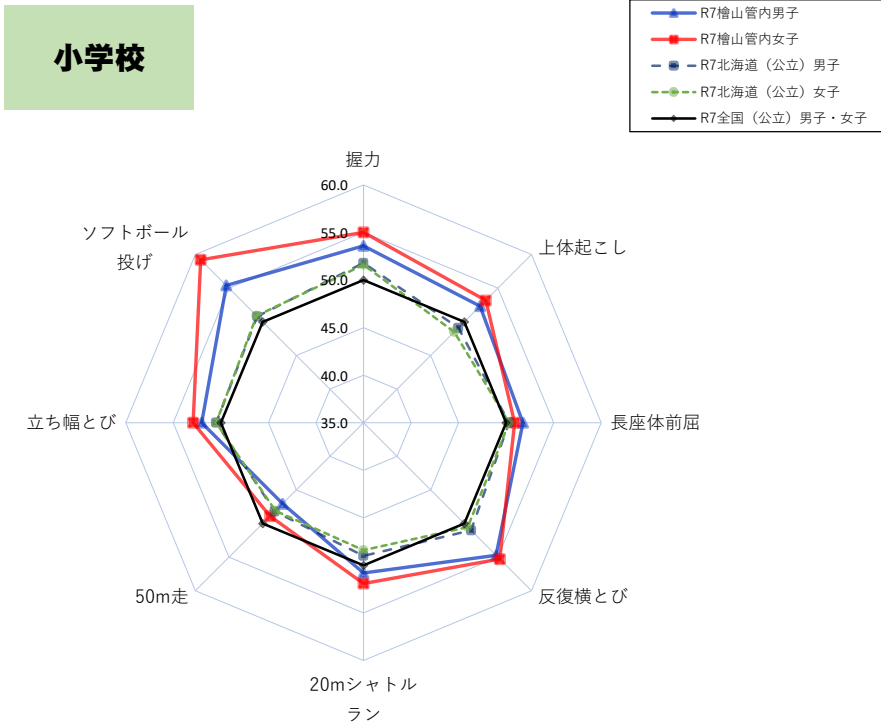
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7檜山管内男子	17.36	20.91	35.46	44.91	49.64	9.79	155.99	25.58	56.34
R7檜山管内女子	17.55	20.16	38.97	42.70	39.91	9.88	149.42	17.50	58.50
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7檜山管内男子	30.67	27.17	41.84	52.12	80.63	8.03	196.14	21.19	42.13
R7檜山管内女子	24.09	22.92	42.96	46.00	46.77	9.13	163.27	12.57	46.90
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.40	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

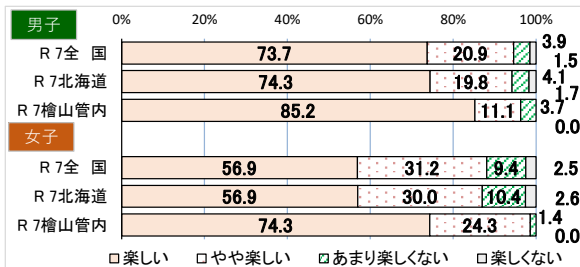


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

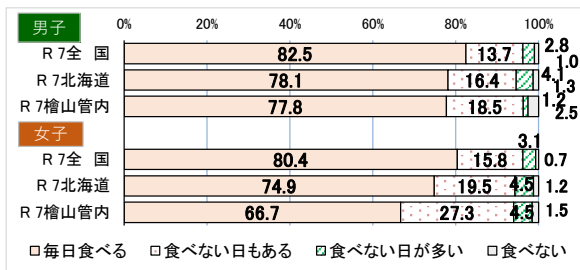
【児童質問調査】

・体育の授業は楽しいですか。



【児童質問調査】

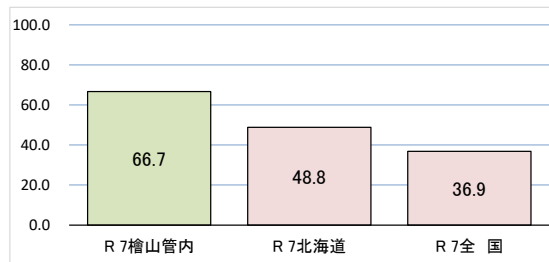
・朝食は毎日食べますか。（学校が休みの日もふくめます）



【学校質問調査】

小学校

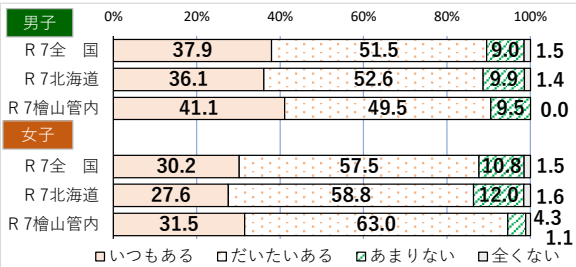
・健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）の大切さを、様々な場面で計画的に伝えるようにしている。



中学校

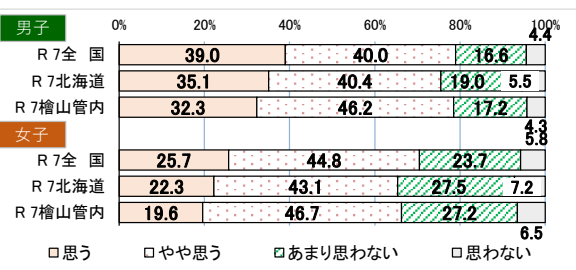
【生徒質問調査】

・保健体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



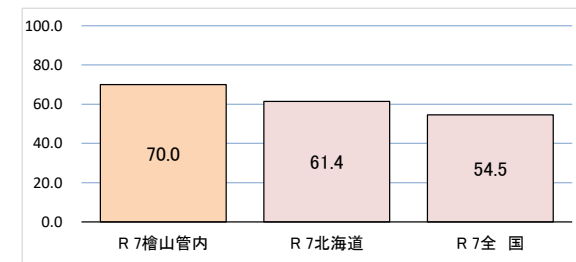
【生徒質問調査】

・保健の授業で学習した運動、食事、休養および睡眠に気をつけた生活を送れていると思いますか。



中学校

・保健体育授業では、生徒同士で助け合ったり、役割を果たしたりする活動をいつも取り入れていますか。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・「体育の授業が楽しい」と感じる児童の割合が、全国及び全道を上回ったことにより、体力合計点が昨年度よりも上昇し、全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）の大切さを、様々な場面で計画的に伝えるようにしているなどの工夫を全国及び全道よりも行っているものの、朝食を毎日食べる児童の割合が全国及び全道を下回っている。

中学校

【成果】

・保健体育授業で生徒同士で助け合ったり、役割を果たしたりする活動を取り入れる指導の工夫を行ったことにより、友達と助け合ったり、教え合ったりして学習することで、「できたり、わかったり」することがあると肯定的に回答している生徒の割合が、全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・体力合計点が全国及び全道を下回っている状況は、保健の授業で学習した運動、食事、休養および睡眠に気をつけた生活を送れていると思うと回答している生徒の割合が、全国及び全道を下回っていることが、要因の一つとして考えられる。

■ 檜山管内の体力向上に向けた改善方策

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえ、オール檜山「学び合い」プロジェクトなどを通して、管内の課題について共有するとともに、体育エキスパート教員の優れた実践等の普及啓発
- ・ICT端末の有効な活用を図るため、スポーツ庁の「ICT端末を活用した体育・保健体育授業の事例集」等を参考にした「主体的・対話的で深い学び」の視点からの授業改善を推進
- ・児童生徒の望ましい運動習慣や生活習慣の形成に向け、各町教育委員会やPTA、関係部局等と連携し、今後の取組を充実させるための協議会の企画・実施及び協議会の内容の普及・啓発

上川管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校105校・児童数3,121名、中学校59校・生徒数3,065名

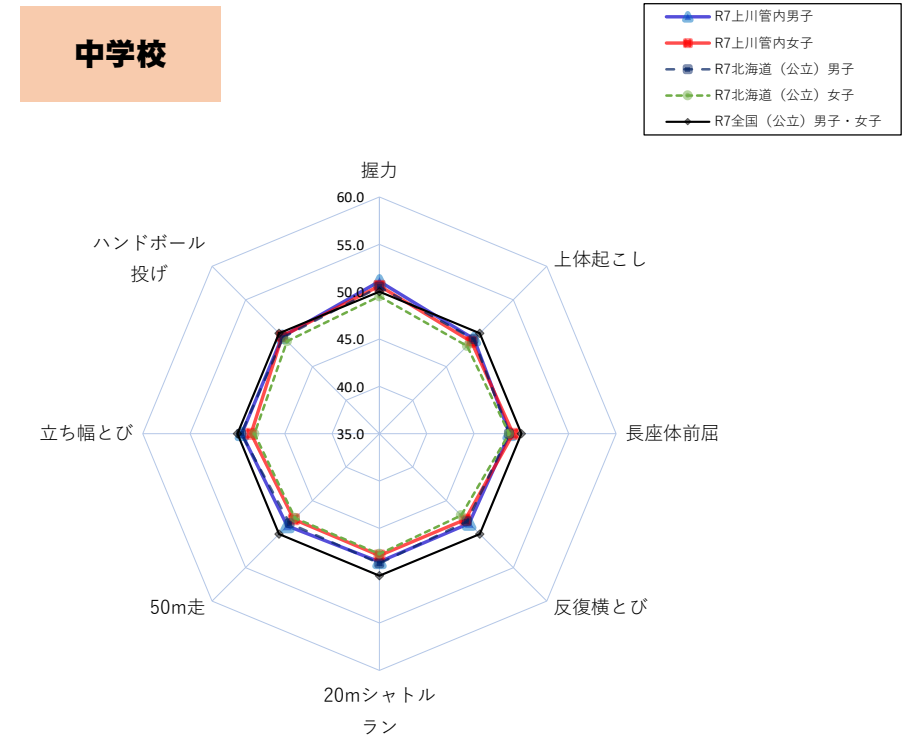
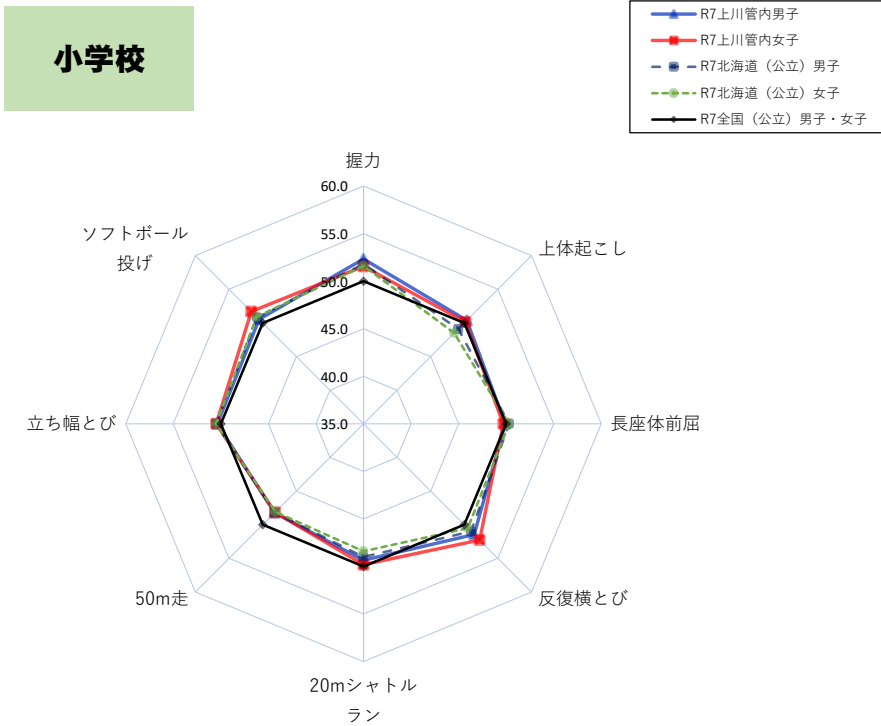
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7上川管内男子	16.87	19.69	33.80	42.13	46.54	9.66	151.87	21.50	53.36
R7上川管内女子	16.21	18.44	37.88	40.42	36.54	9.95	143.54	13.92	54.49
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7上川管内男子	29.75	25.54	43.71	50.16	75.07	8.12	196.02	20.42	41.02
R7上川管内女子	23.44	20.92	46.03	44.03	46.42	9.17	162.33	12.23	45.53
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.4	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

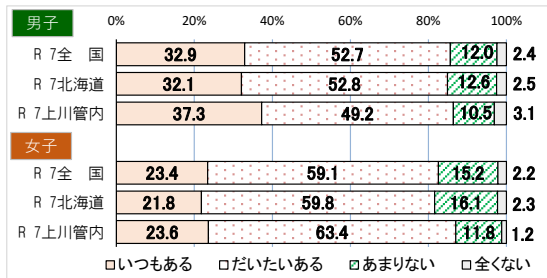


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

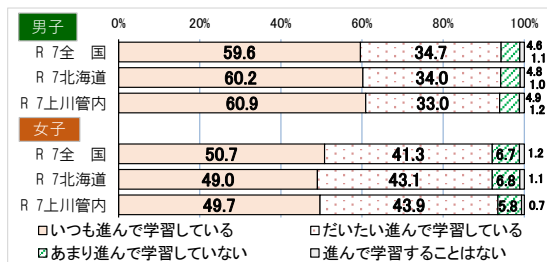
【児童質問調査】

・体育の授業で、目標（ねらい・めあて）を意識して学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



【児童質問調査】

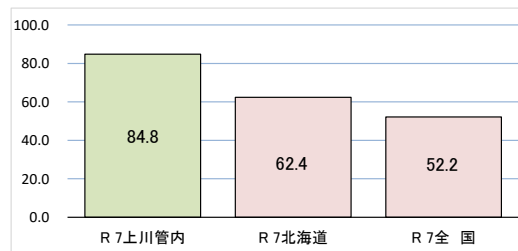
・体育の授業では、進んで学習に参加していますか。



【学校質問調査】

小学校

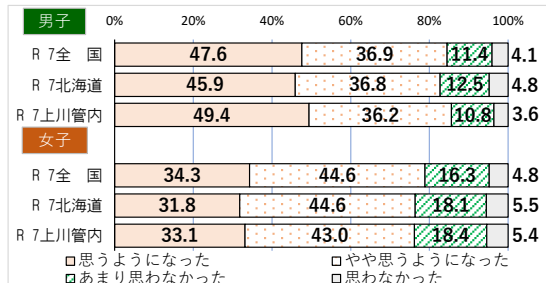
・体育の授業の冒頭で、その授業の目標を児童に示す活動をいつも取り入れている。



中学校

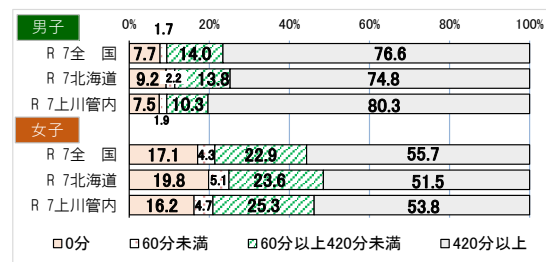
【生徒質問調査】

・保健を学習して、もっと運動しようと思いましたか。



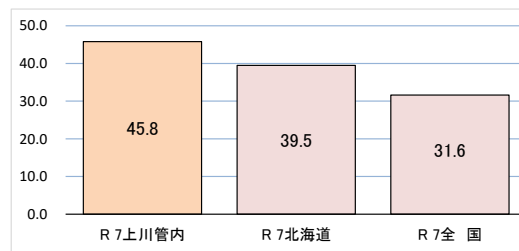
【生徒質問調査】

・1週間の総運動時間



中学校

・保健体育の授業で体育分野と保健分野の関連を図ることを大切にしている。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・小学校においては、体育の授業の冒頭で、その授業の目標を児童に示す活動をいつも取り入れたことにより、「目標を意識して学習することで、『できたり、わかったり』したことがある」と回答している児童の割合が全国及び全道を上回るとともに、体力合計点が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・児童は、目標を意識した活動を行うことができているが、「体育では、進んで学習に参加している」と肯定的に回答している児童の割合が全国及び全道を下回ったため、児童の主体性を高める取組を充実させる必要がある。

中学校

【成果】

・中学校においては、保健体育の授業で体育分野と保健分野の関連を図ることを大切にしたことにより、「保健を学習して、もっと運動しようと思った」と回答した生徒の割合が男子では、全国及び全道を、女子では、全道を上回るとともに、男女ともに体力合計点が昨年度よりも上昇したと考えられる。

【課題】

・保健の学習を通して、「もっと運動しようと思った」、「やや思うようになった」と肯定的に回答している生徒の割合が7割を越えているものの、「1週間の総運動時間が0分」と回答している男子の割合が7.5%、女子の割合が16.2%いることから、望ましい運動習慣等の形成に向けた取組を充実させる必要がある。

■ 上川管内の体力向上に向けた改善方策

- ・「できる」「楽しい」はもとより、運動が心身に与える好影響を実感できる授業改善の推進
- ・子ども一人一人のライフスタイルや多様な楽しみ方の視点からの運動習慣等の形成に向けた取組の推進
- ・道教委指定事業加配教員及び管内の研究団体等との連携した授業改善や運動習慣形成の取組の推進
- ・「上川IPPO」を活用した授業改善、運動習慣形成に向けた資料等の普及・啓発

留萌管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校16校・児童数231名、中学校11校・生徒数234名

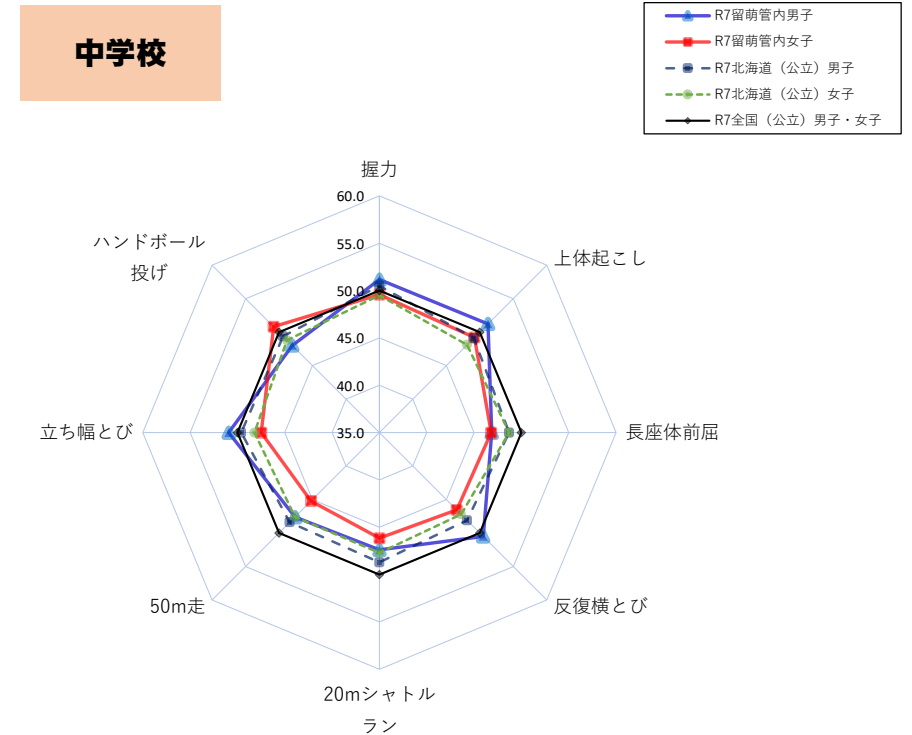
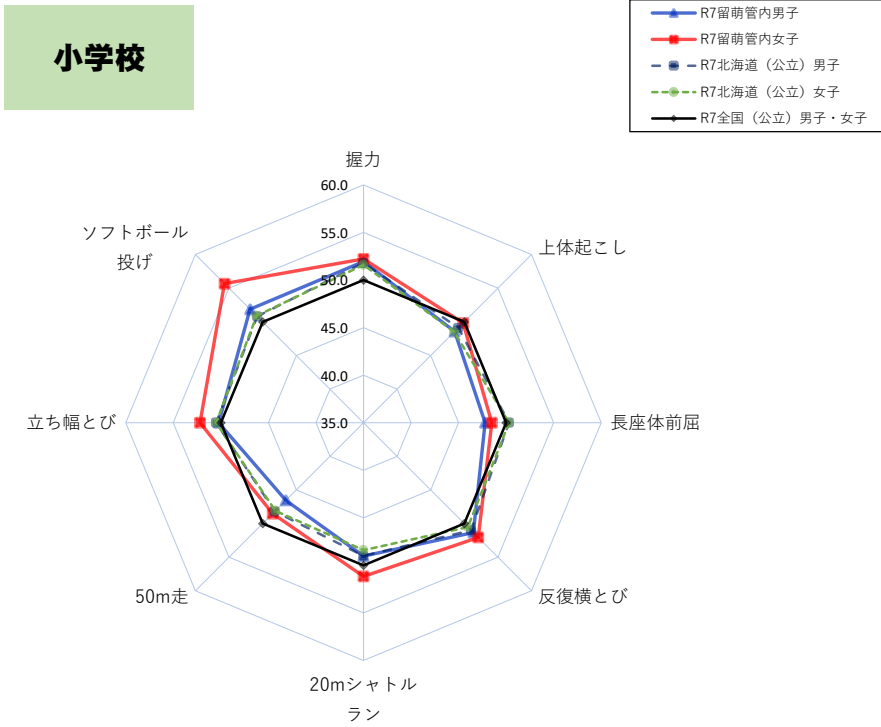
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7留萌管内男子	16.72	18.56	31.90	42.04	45.85	9.84	151.51	22.61	52.41
R7留萌管内女子	16.47	18.26	36.76	40.27	38.71	9.92	147.66	15.81	56.14
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7留萌管内男子	29.81	26.86	41.55	52.12	72.14	8.22	200.53	19.49	41.39
R7留萌管内女子	22.95	21.21	43.48	43.03	43.03	9.41	159.26	12.78	44.05
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.4	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

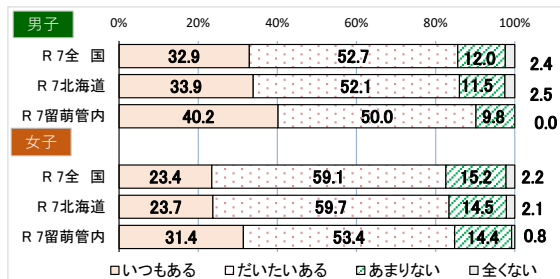


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

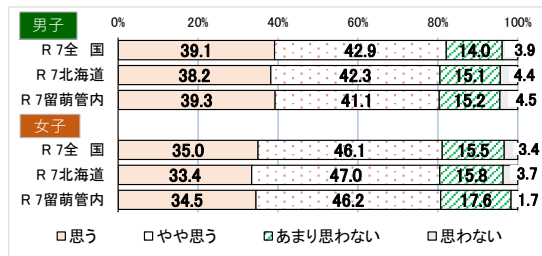
【児童質問調査】

・体育の授業で、目標を意識した学習で「できたり、わかったり」することがありますか。



【児童質問調査】

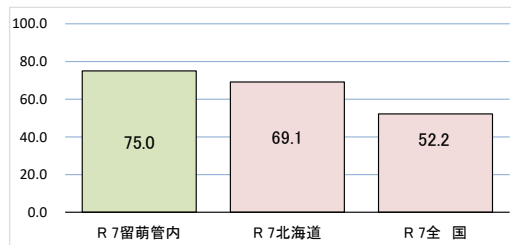
・保健の授業で学習した運動、食事、休養およびすいみんに気をつけた生活を送れていると思いますか。



【学校質問調査】

小学校

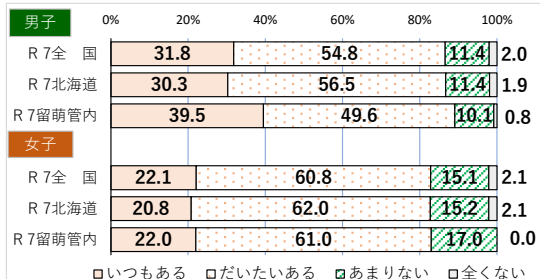
・体育の授業の冒頭で、その授業の目標（めあて・ねらい等）を児童に示す活動をいつも取り入れている。



中学校

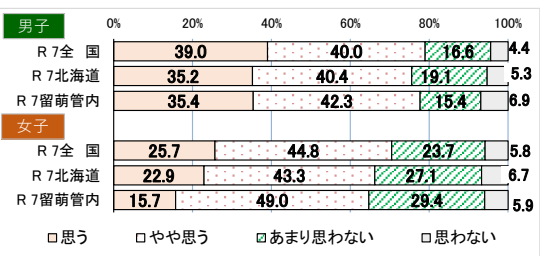
【生徒質問調査】

・保健体育の授業で、目標を意識した学習で「できたり、わかったり」することがありますか。



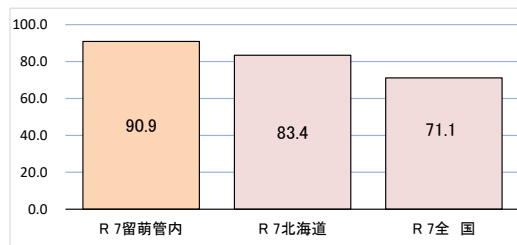
【生徒質問調査】

・保健の授業で学習した運動、食事、休養及び睡眠に気をつけた生活を送れていると思いますか。



中学校

・保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標（めあて・ねらい等）を生徒に示す活動をいつも取り入れている。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・小学校においては、体育の授業の冒頭で、その授業の目標（めあて・ねらい等）を児童に示す活動を取り入れたことにより、運動に対する意欲が高まり、管内男女児童ともに体力合計点が昨年度よりも上昇するとともに、「目標を意識した学習で『できたり、わかったり』する」と感じる児童の割合が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・管内男子児童の体力合計点が全国及び全道を下回っている状況は、「保健の授業で学習した運動、食事、休養およびすいみんに気をつけた生活を送れていると思う」と肯定的に回答している児童の割合が全国を下回っていることが、要因の一つとして考えられる。

中学校

【成果】

・中学校においては、保健体育の授業の冒頭で、その授業の目標（めあて・ねらい等）を生徒に示す活動を取り入れたことにより、運動に対する意欲が高まり、管内男子生徒の体力合計点が昨年度よりも上昇するとともに、「目標を意識した学習で『できたり、わかったり』する」と感じる生徒の割合が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、「目標を意識した学習で『できたり、わかったり』する」と感じる生徒の割合は上回っているものの、学習した内容が心身の調和的発達を図るための健康的な生活習慣を形成することと十分つながっていないことから、保健の授業で学習した運動、食事、休養および睡眠に気をつけた生活を送れていると思うと肯定的に回答している生徒の割合が、全国を下回ったと考えられる。

■ 留萌管内の体力向上に向けた改善方策

- ・体力・運動能力向上と体を動かすことへの意欲向上を目指した組織的な取組の推進
- ・学習習慣、運動習慣など望ましい生活習慣の確立に向けた市町村・学校・家庭・地域が連携した取組の推進
- ・新体力テストの結果分析に基づく体力向上プランの検証改善サイクルの質的向上に向けた取組の推進
- ・各種研修会の参加を促し、体育・保健体育科の授業改善及び体力向上に向けた具体的方策についての普及・啓発

宗谷管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校34校・児童数371名、中学校21校・生徒数355名

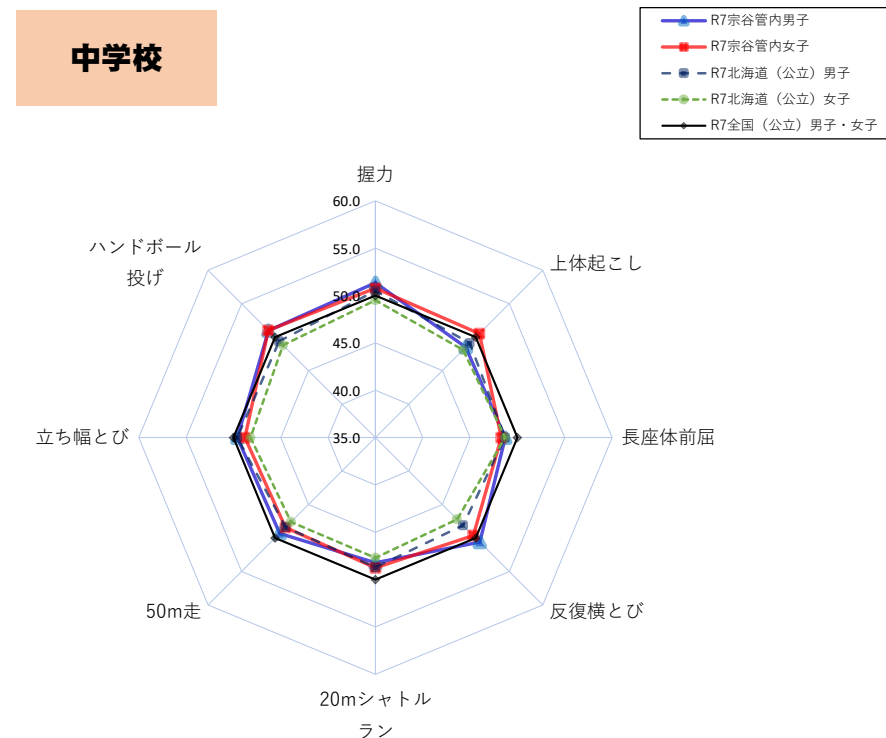
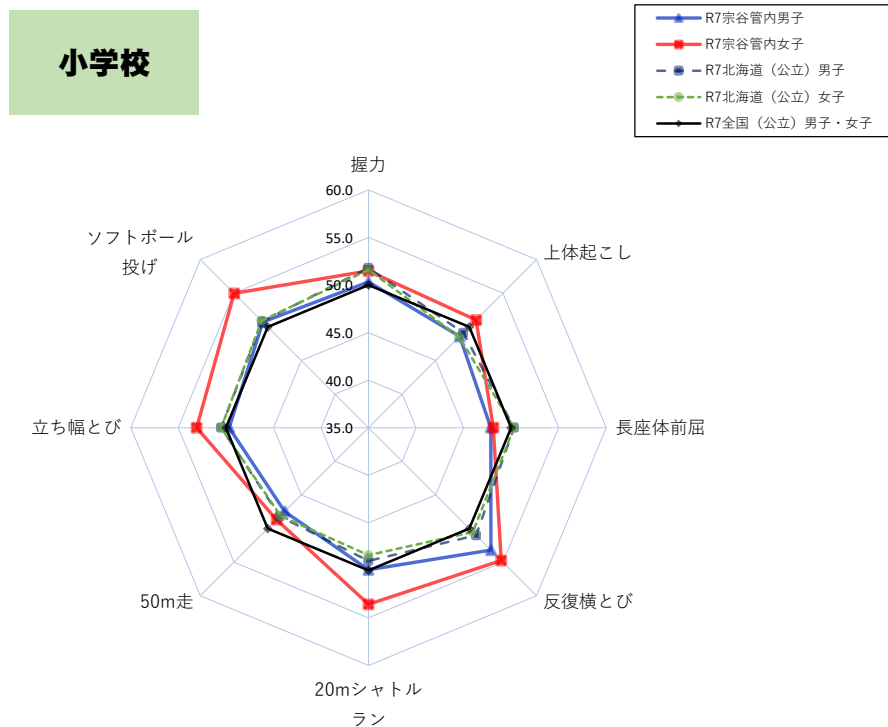
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7宗谷管内男子	16.09	18.58	31.96	43.62	47.80	9.74	150.07	21.66	52.58
R7宗谷管内女子	16.19	18.93	36.43	42.30	42.56	9.90	149.79	15.48	56.31
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7宗谷管内男子	29.94	25.15	43.65	52.20	74.28	8.07	196.19	21.37	41.46
R7宗谷管内女子	23.52	22.03	45.11	45.44	48.15	9.11	162.97	12.87	46.60
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.4	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

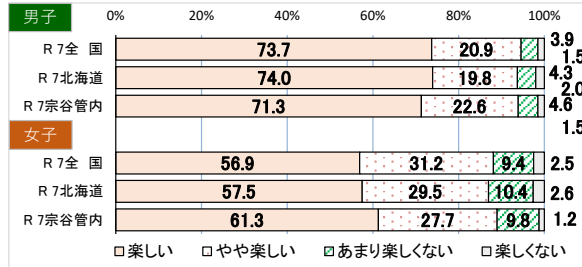


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

【児童質問調査】

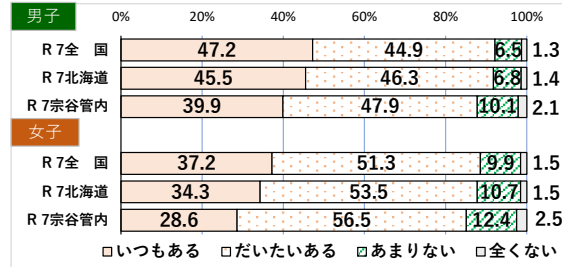
・体育の授業は楽しいですか



中学校

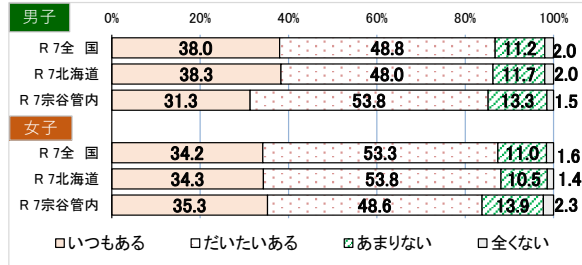
【生徒質問調査】

・保健体育の授業で、進んで学習に参加している



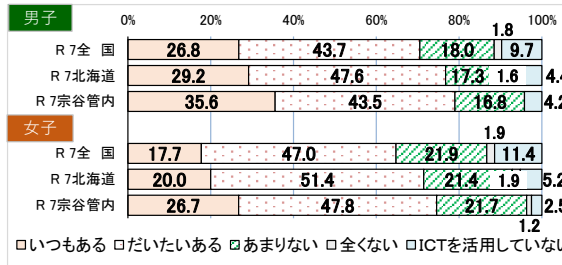
【児童質問調査】

・体育の授業で、友達と助け合ったり、教え合ったりする学習で「できたり、わかったり」することがありますか。



【生徒質問調査】

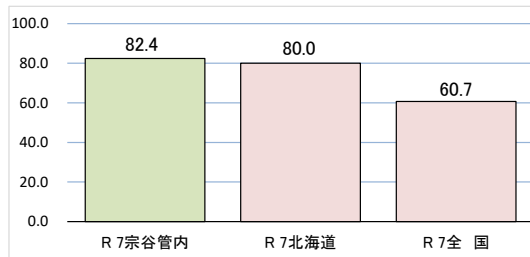
・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



【学校質問調査】

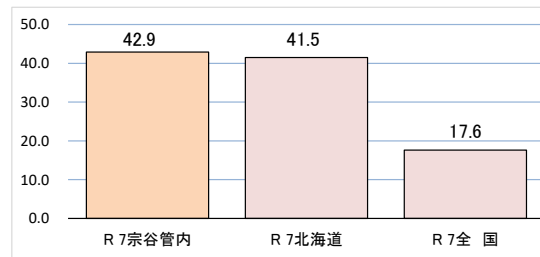
小学校

・体育授業で児童同士で話し合う活動を全ての学年で取り入れている。



中学校

・保健体育授業において毎時間ICTを活用している。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・各学校において、児童同士で話し合う活動を全ての学年で取り入れたことにより、「体育の授業は楽しい」と回答した児童の割合が全国・全道を上回り、男子で4種目、女子で7種目のT得点及び女子の体力合計点が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・体育の授業で、「友達と助け合ったり、教え合ったりする学習で「できたり、わかったり」することがいつもある」と回答した男子児童の割合が全国及び全道を下回ったことは、男子の体力合計点が全国及び全道を下回った要因の一つとして考えられる。

中学校

【成果】

・各学校において、保健体育授業において毎時間ICTを活用したことにより、「保健体育の授業でICTを使って学習することで「できたり、わかったり」することがいつもある」と回答した生徒の割合が全国・全道を上回り、男女ともに3種目のT得点が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・「保健体育の授業で、進んで学習に参加していることがいつもある」と回答した生徒の割合が全国及び全道を下回っていることが、男女ともに体力合計点が全国及び全道を下回った要因の一つとして考えられる。

■ 宗谷管内の体力向上に向けた改善方策

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえた体力向上プランの作成や体育・保健体育授業の改善・充実に係る組織的、継続的な検証改善サイクルについての指導助言
- ・「管内どさん子元気アップチャレンジ」による、運動機会の創出や授業改革に向けた好事例の収集及び発信
- ・局独自研修「SOYA ALL」の実施や中学校授業改善セミナーの実施及び周知
- ・社会教育との連携及び各市町村教育委員会との連携による望ましい運動習慣・生活習慣を形成するための、運動習慣等形成協議会の企画・実施

オホーツク管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校71校・児童数1,646名、中学校49校・生徒数1,770名

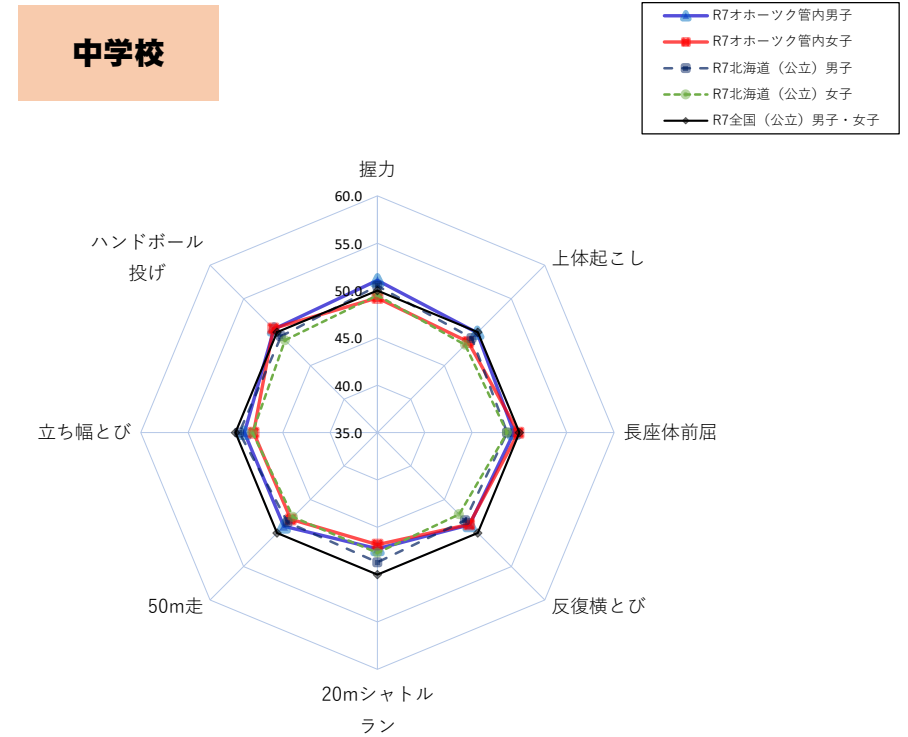
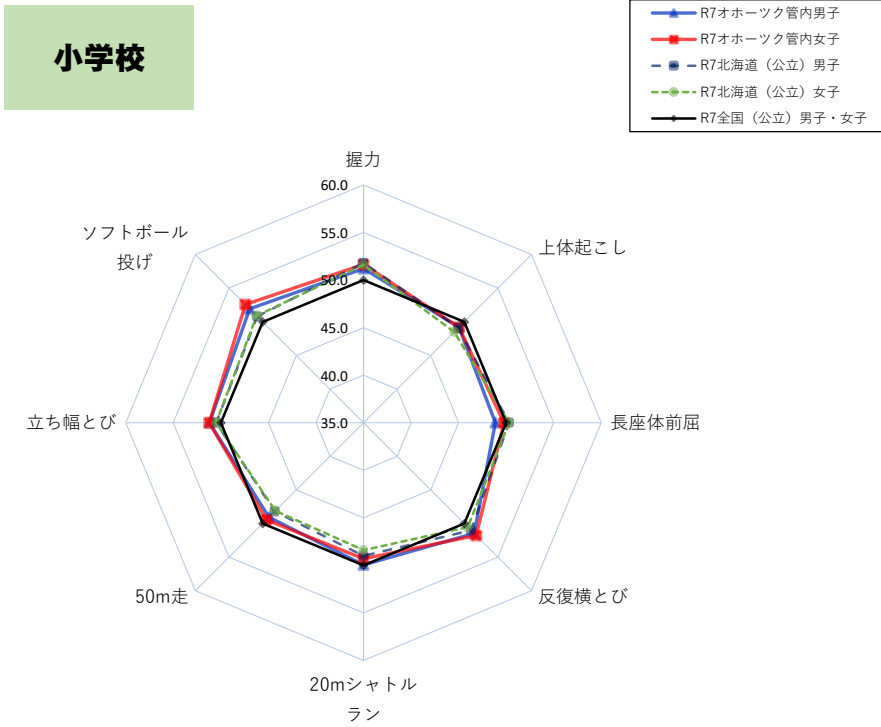
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7オホーツク管内男子	16.43	18.96	32.87	42.13	47.83	9.56	153.94	22.68	53.25
R7オホーツク管内女子	16.24	17.91	37.94	40.04	35.73	9.83	145.31	14.34	54.56
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7オホーツク管内男子	29.75	26.04	44.45	50.49	71.86	8.09	194.42	21.02	41.48
R7オホーツク管内女子	22.78	20.82	46.87	44.72	44.38	9.16	160.96	12.67	45.51
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.4	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

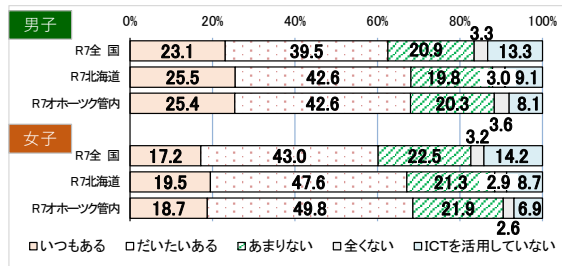


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

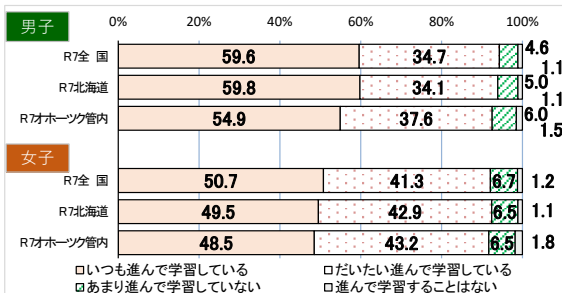
【児童質問調査】

・体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



【児童質問調査】

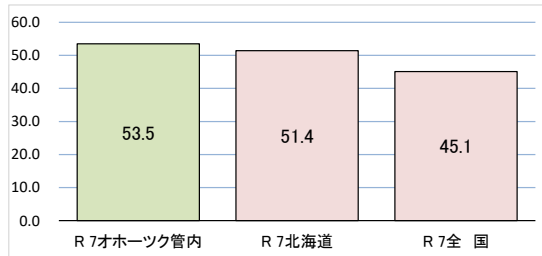
・体育の授業では、進んで学習に参加していますか。



【学校質問調査】

小学校

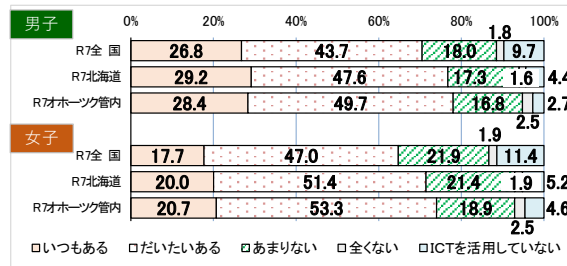
・研究授業、授業研究を行っている。



中学校

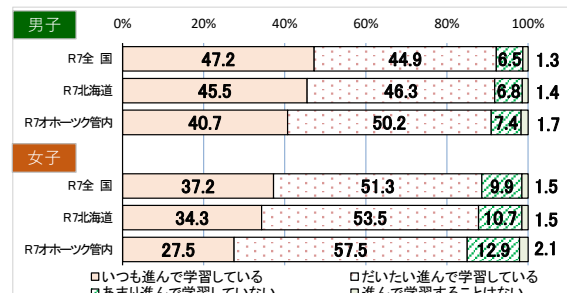
【生徒質問調査】

・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがありますか。



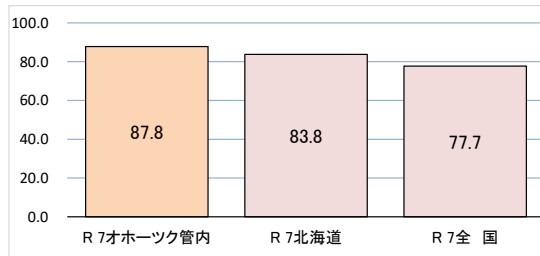
【生徒質問調査】

・保健体育の授業では、進んで学習に参加していますか。



中学校

・研究授業、授業研究を行っている。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・小学校においては、研究授業、授業研究を行ったことにより、授業改善が図られ、体力合計点が男女ともに全国及び全道を上回ったとともに、体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあると肯定的に回答している児童の割合が、全国を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、研究授業、授業研究を行っている学校の割合は高く、授業改善が図られているものの、児童の主体的に体育授業に取り組む態度の育成に十分つながっていないため、「体育の授業では、進んで学習に参加している。」と回答している児童の割合が、全国及び全道を下回ったと考えられる。

中学校

【成果】

・中学校においては、研究授業、授業研究を行ったことにより、授業改善が図られ、体力合計点が昨年度よりも上昇するとともに、保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあると肯定的に回答している生徒の割合が、全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、研究授業、授業研究を行っている学校の割合は高く、授業改善が図られているものの、生徒の主体的に保健体育授業に取り組む態度の育成に十分つながっていないため、「保健体育の授業では、進んで学習に参加している。」と回答している生徒の割合が、全国及び全道を下回ったと考えられる。

■ オホーツク管内の体力向上に向けた改善方策

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえた体力向上や、児童生徒の主体性を育む体育・保健体育授業の改善・充実に係る指導助言
- ・学校教育指導における体力向上に向けた全体計画に基づいた取組についての協議
- ・運動習慣等形成連絡協議会における、取組の方向性や具体的な内容についての協議、好事例の紹介
- ・地域と連携した具体的な取組の成果普及資料や運動を促すリーフレット等の教育局Webページへの掲載
- ・体育エキスパート教員及び体育専科教員と連携した、学校課題の改善状況の確認及び取組への指導助言と「オホーツク運動プログラム」活用の推進

十勝管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校81校・児童数2,368名、中学校48校・生徒数2,411名

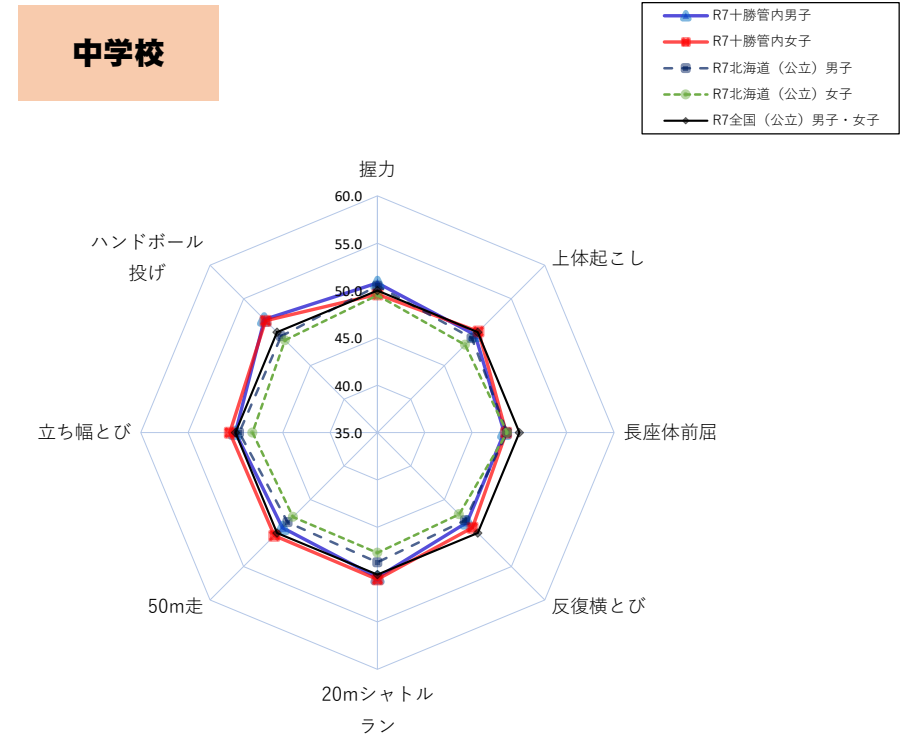
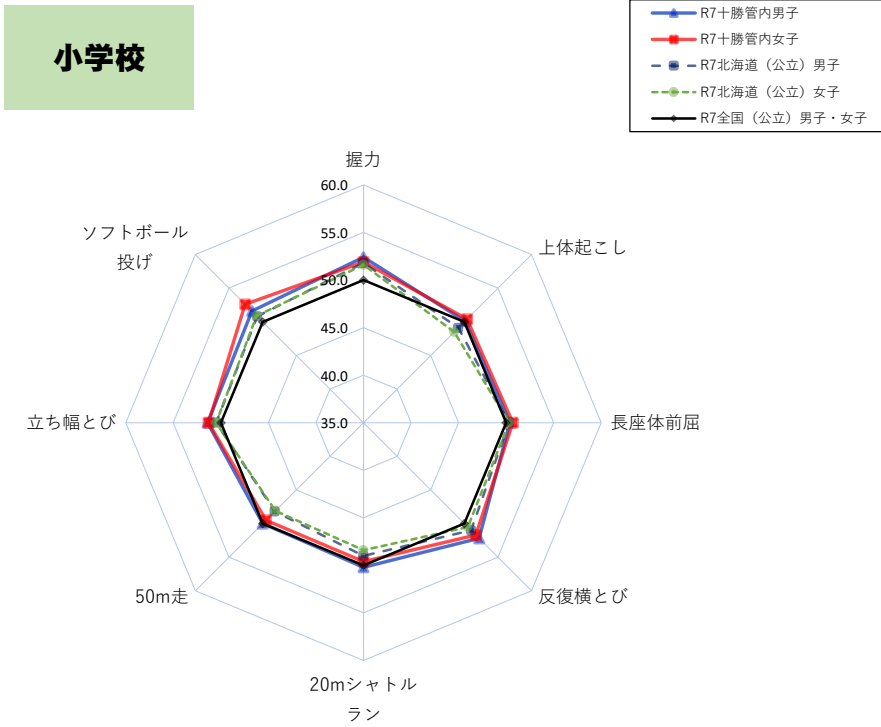
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7十勝管内男子	16.88	19.54	34.26	42.76	48.40	9.46	154.55	22.43	54.32
R7十勝管内女子	16.34	18.59	38.83	39.97	36.19	9.82	145.59	14.34	54.95
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7十勝管内男子	29.54	25.83	43.32	50.13	79.67	8.08	197.55	21.97	42.07
R7十勝管内女子	22.98	21.75	45.50	45.15	51.58	8.93	168.24	13.15	48.23
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.40	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

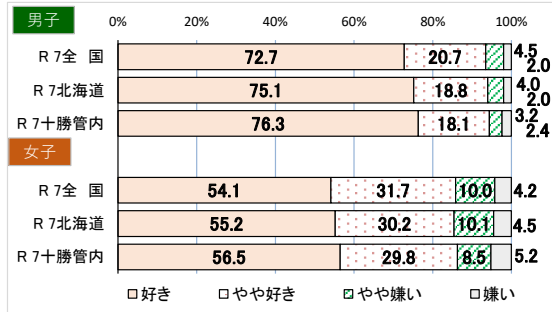


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

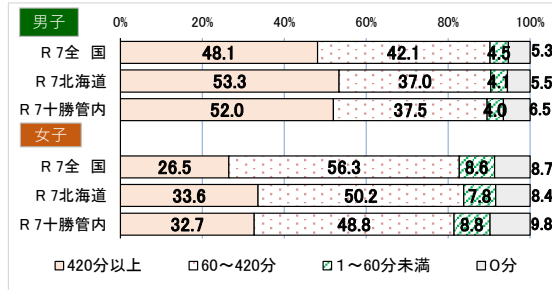
【児童質問調査】

・運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか



【児童質問調査】

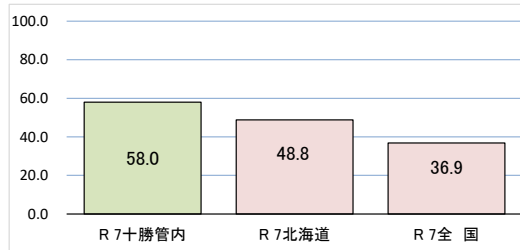
・1週間における体育の授業以外の運動やスポーツの時間



【学校質問調査】

小学校

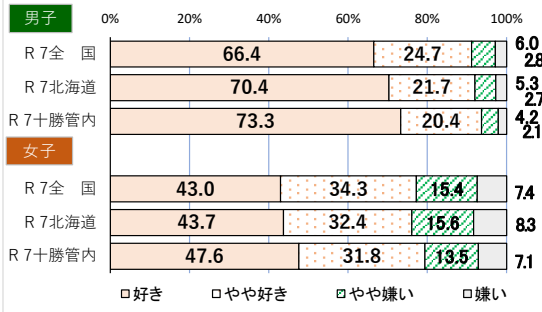
・健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）の大切さを様々な場面で計画的に伝えている



中学校

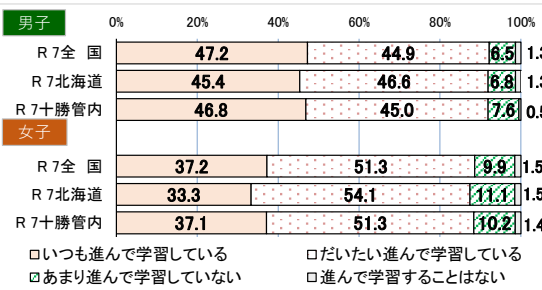
【生徒質問調査】

・運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることは好きですか



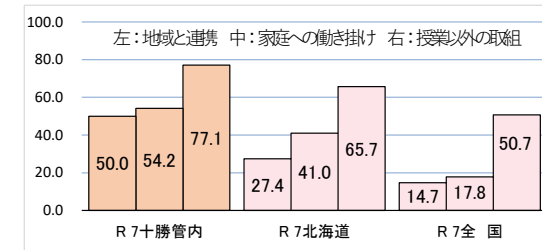
【生徒質問調査】

・保健体育の授業では、進んで学習に参加していますか



中学校

・生徒が主体的に体力向上に取り組むための取組



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・小学校においては、学校が運動に対する自己の適性等に応じた「する・みる・支える・知る」という多様な関わりをもたせ、健康三原則（運動、食事、休養及び睡眠）の大切さを様々な場面で計画的に伝えたことにより、体力合計点が全国及び全道を上回ったとともに、「運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることが好き」と回答している児童の割合が全国を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、「運動（体を動かす遊びをふくむ）やスポーツをすることは好き」と回答している児童の割合が高いものの、気軽に行える運動や場所等について児童に伝わっていないため、「1週間における体育の授業以外の運動やスポーツの時間が0分」と回答している児童の割合が、全国及び全道を上回ったと考えられる。

中学校

【成果】

・中学校においては、学校が「保健体育の授業以外の取組」、「家庭や保護者への働き掛け」及び「地域と連携した取組」など、「生徒が主体的に体力向上に取り組むための取組」を行ったことにより、体力合計点が全国及び全道と同等であったとともに、「運動（体を動かす遊びを含む）やスポーツをすることが好き」と回答している生徒の割合が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、「保健体育の授業が楽しい」と回答している生徒の割合が高いものの、生徒の実態に合った練習の場やルールについて工夫がされていないため、「保健体育の授業では、進んで学習に参加している」と回答している生徒の割合が全国を下回ったと考えられる。

■ 十勝管内の体力向上に向けた改善方策

・学校教育指導訪問において、全国体力・運動能力、運動習慣等調査等による実態把握における同集団の変容への着目及び総合評価がD、Eの児童生徒への手立での検討・実施に係る指導助言を行う。

・小学校体育専科教員、エキスパート教員、スペシャリスト教員の学校訪問による授業改善に資する指導助言を行うとともに、管内教科研究団体と連携し、児童生徒が日常的に楽しく体を動かすことができる環境づくりや、運動をしていることを実感できている好事例の情報を共有する。

釧路管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校52校・児童数1,292名、中学校35校・生徒数1,258名

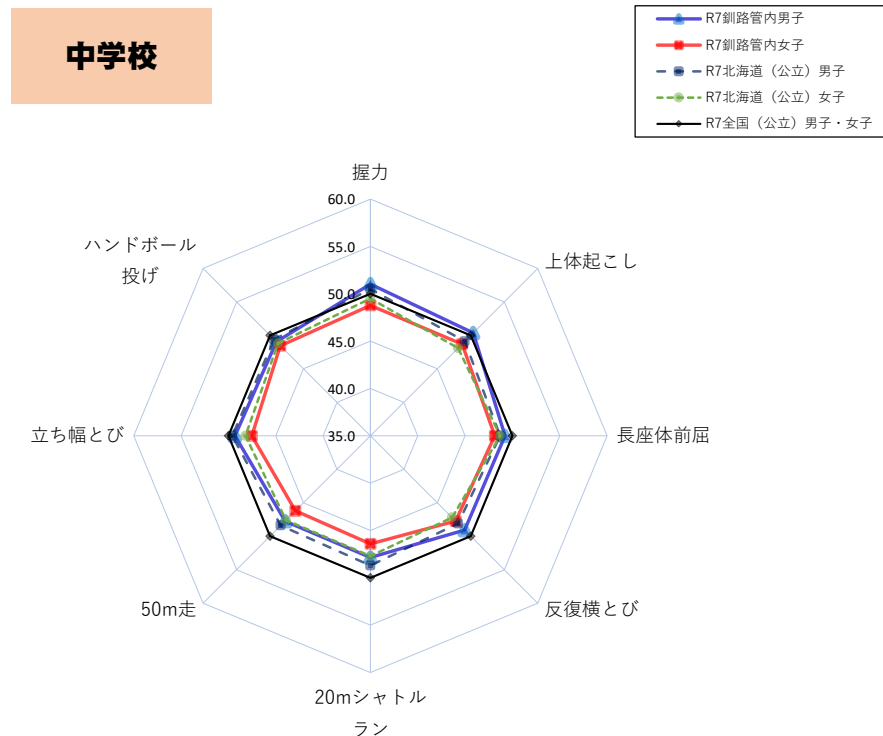
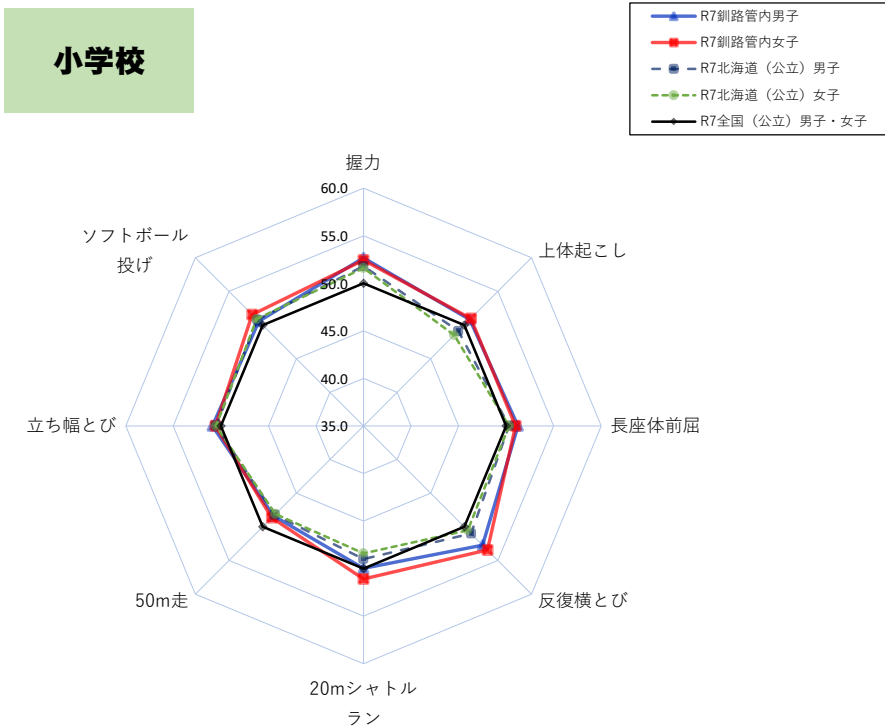
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7釧路管内男子	17.00	19.96	35.00	43.20	47.88	9.64	153.16	21.53	54.07
R7釧路管内女子	16.55	18.91	39.06	41.31	38.60	9.91	143.72	13.85	55.53
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7釧路管内男子	29.70	26.32	44.23	50.78	73.34	8.21	195.25	20.14	41.02
R7釧路管内女子	22.56	20.90	44.94	43.97	43.56	9.32	159.38	11.76	43.57
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.4	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

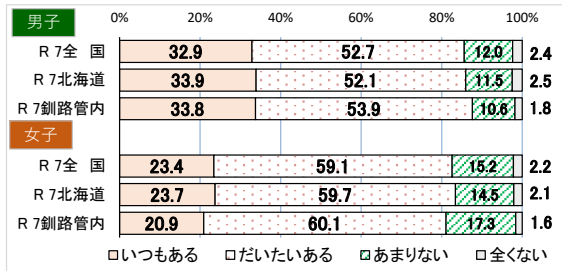


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

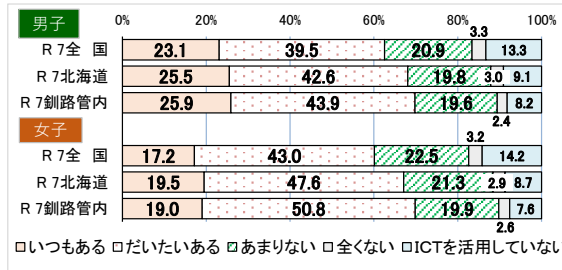
【児童質問調査】

・体育の授業で、目標を意識した学習で「できたり、わかったり」することがあります



【児童質問調査】

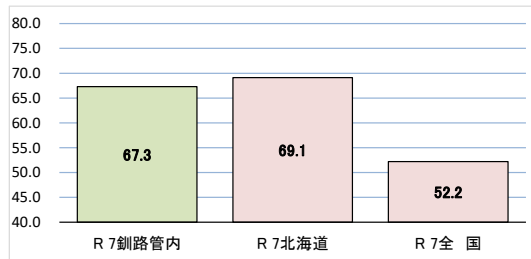
・体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあります



【学校質問調査】

小学校

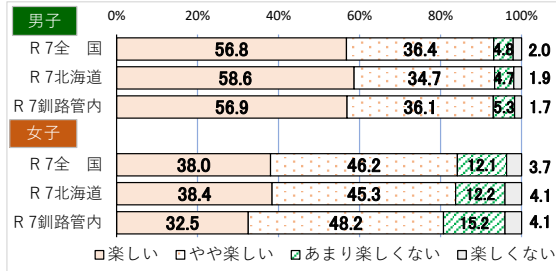
・その授業の目標を児童に示す活動をいつも取り入れている



中学校

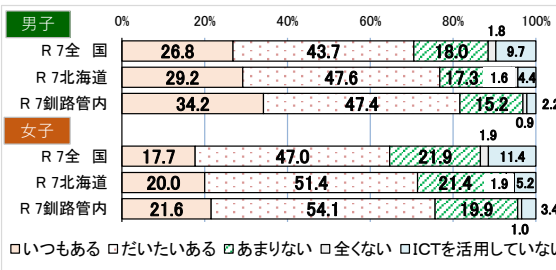
【生徒質問調査】

・保健体育の授業は楽しいですか



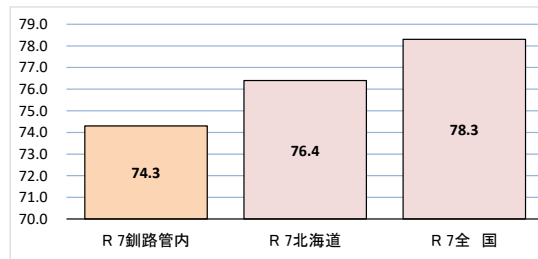
【生徒質問調査】

・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあります



中学校

・運動やスポーツが苦手な生徒がいる場合、その生徒に合った場やルール等で行えるようにしている



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・体育授業においてICTの効果的・積極的な活用による個に応じた指導の充実を図ったことにより、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあると肯定的に回答した児童が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国と比較して、日常的に授業の目標を示しているものの、目標が児童の実態を十分に踏まえていないため、体育の授業で、目標を意識して学習することで「できたり、わかったり」することがあると肯定的に回答している女子児童の割合が、全国及び全道を下回ったと考えられる。

中学校

【成果】

・保健体育授業においてICTの効果的・積極的な活用による個に応じた指導の充実を図ったことにより、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあると肯定的に回答した生徒が全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国、全道と比較して、運動やスポーツが苦手な生徒に合った場やルール等で行えるようにすることなど、生徒が運動能力に応じて選択したり、工夫したりすることができるような教材・教具の工夫に課題が見られるため、「体育の授業は楽しい」と肯定的に回答している生徒の割合が、全国及び全道を下回ったと考えられる。

■ 釧路管内の体力向上に向けた改善方策

- ・体育エキスパート教員の重点校訪問や中学校授業実践改善セミナーを通じた、発達段階や運動の特性を踏まえた指導内容の明確化・重点化による体育・保健体育授業の改善・充実
- ・小学校における目標を意識した学習で「できたり、わかったり」する割合の向上に向けた、授業づくりに係る体育専科教員・体育エキスパート教員による資料の作成及び普及啓発
- ・釧路管内体育授業改善研修会を通じた、運動が苦手な子における授業への楽しさの向上に向けた、運動の特性や生徒の興味・関心を踏まえた教材研究及び指導方法の改善に係る取組の推進

根室管内の小・中学校の状況及び今後の体力向上策

学校・児童生徒数：小学校23校・児童数457名、中学校19校・生徒数502名

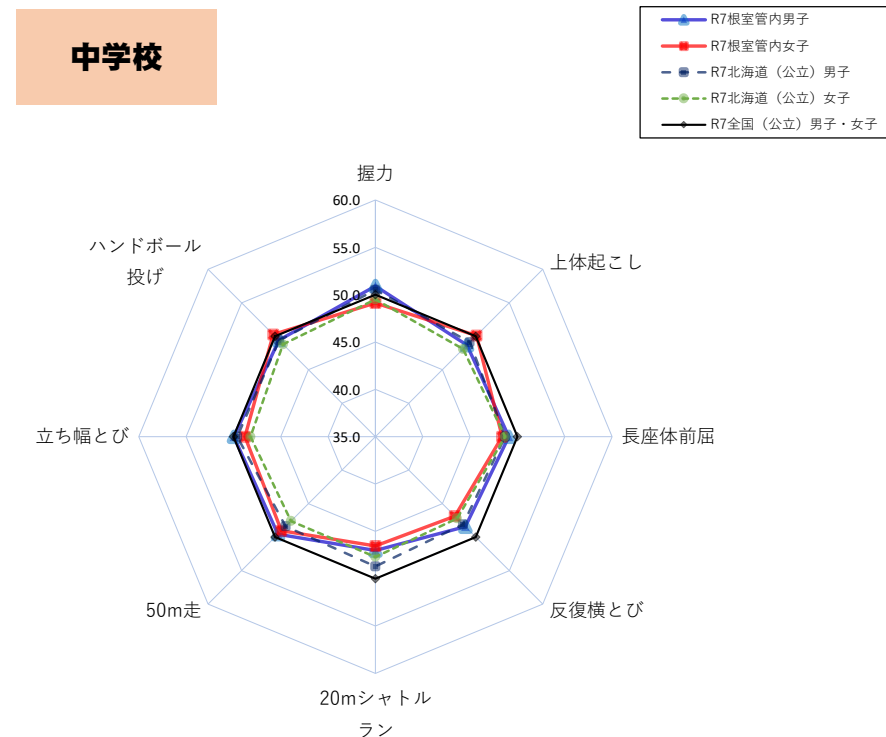
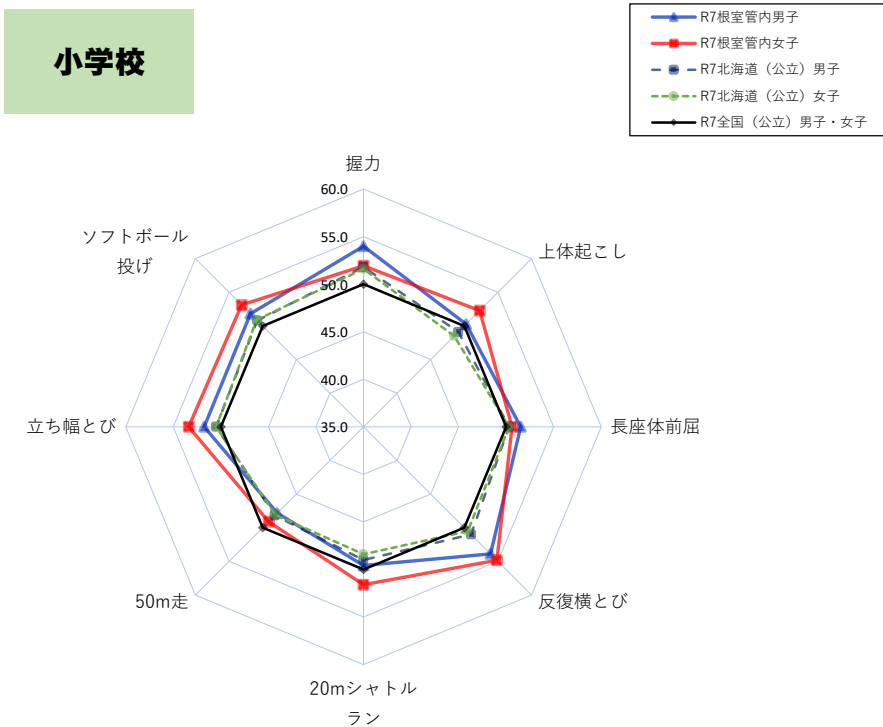
○ 実技に関する調査の状況

・各種目の記録及び体力合計点

小学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ソフトボール投げ	体力合計点
R7根室管内男子	17.52	19.62	35.25	44.20	47.04	9.70	155.34	22.58	54.70
R7根室管内女子	16.36	19.65	38.72	42.37	39.41	9.86	150.56	14.59	56.66
R7北海道(公立)男子	16.68	18.90	34.13	41.71	45.85	9.66	152.08	21.72	53.00
R7北海道(公立)女子	16.24	17.54	38.38	39.11	34.35	9.96	143.65	13.56	53.55
R7全国(公立)男子	15.96	19.46	33.88	40.89	47.94	9.46	150.93	21.06	53.02
R7全国(公立)女子	15.61	18.36	38.15	38.70	36.85	9.77	142.34	13.11	53.97

中学校	握力	上体起こし	長座体前屈	反復横とび	20mシャトルラン	50m走	立ち幅とび	ハンドボール投げ	体力合計点
R7根室管内男子	29.62	25.26	44.08	50.18	71.21	8.04	197.36	20.38	40.85
R7根室管内女子	22.73	21.76	45.22	43.28	43.80	9.06	162.97	12.54	44.53
R7北海道(公立)男子	29.32	25.54	43.64	49.85	75.47	8.15	196.24	20.38	40.88
R7北海道(公立)女子	22.89	20.53	45.54	43.55	46.10	9.19	161.4	11.92	44.70
R7全国(公立)男子	28.95	26.09	45.12	51.64	78.82	8.00	197.51	20.74	42.20
R7全国(公立)女子	23.15	21.70	46.99	45.74	50.60	8.97	166.44	12.43	47.58

・レーダーチャート：各種目の全国平均値を50とした場合（T得点）の全道及び管内の状況

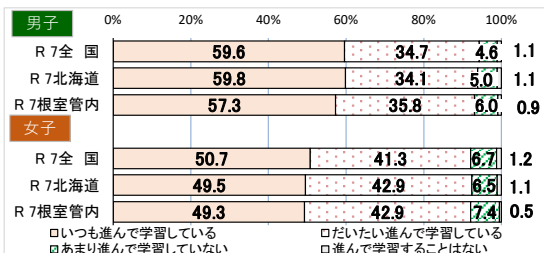


○ 質問調査（児童生徒質問調査・学校質問調査）の状況

小学校

【児童質問調査】

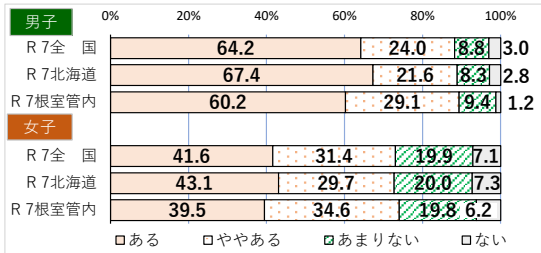
・体育の授業では、進んで学習に参加していますか。



中学校

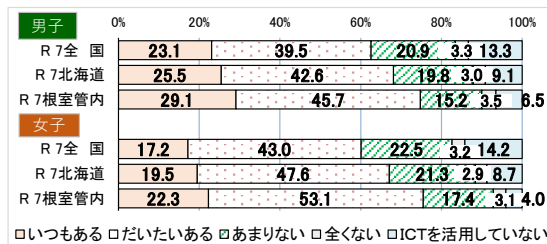
【生徒質問調査】

・運動やスポーツをすることに興味や関心がありますか。



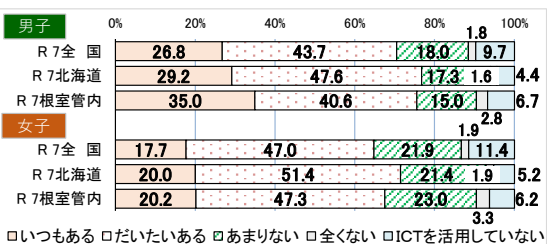
【児童質問調査】

・体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあります。



【生徒質問調査】

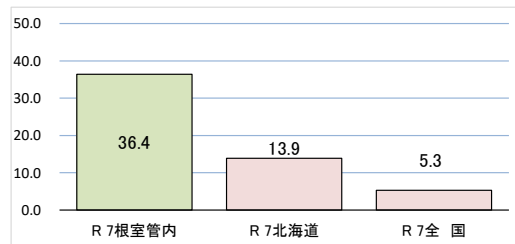
・保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあります。



【学校質問調査】

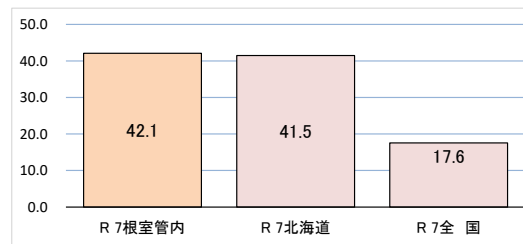
小学校

・体育授業において毎時間ICTを活用している。



中学校

・保健体育授業において毎時間ICTを活用している。



■ 調査結果の分析

小学校

【成果】

・小学校においては、体育授業において継続的にICTを活用し、技能や知識の定着につなげるための指導の工夫を行ったことにより、体力合計点が昨年度よりも上昇するとともに、体育の授業でタブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあると肯定的に回答している児童の割合が、全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、ICTの活用頻度が高く、技能や知識の定着につながっているものの、運動のポイントや行い方について友だちと伝え合う活動を設定するなど体育授業に対する意欲を高める指導の工夫に課題が見られることから、「体育の授業では、進んで学習に参加している」と肯定的に回答している児童の割合が、全道を下回ったと考えられる。

中学校

【成果】

・中学校においては、保健体育授業において継続的にICTを活用し、技能や知識の定着につなげるための指導の工夫を行ったことにより、体力合計点が全国及び全道を上回るとともに、「運動やスポーツをすることに興味や関心がある」と肯定的に回答している生徒の割合が、全国及び全道を上回ったと考えられる。

【課題】

・全国及び全道と比較して、ICTの活用頻度は高いもののICTの活用が技能や知識の定着に十分につながっていないため、保健体育の授業で、タブレットなどのICTを使って学習することで、「できたり、わかったり」することがあると肯定的に回答している生徒の割合が、全道を下回ったと考えられる。

■ 根室管内の体力向上に向けた改善方策

- ・根室管内教育推進の重点に係る評価結果を踏まえた改善方策の策定
- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果を踏まえた体力向上や体育・保健体育授業の改善・充実に係る資料作成及び普及
- ・児童生徒が自ら課題を設定し、主体的に課題を解決する活動や時間の確保及び児童生徒の学習状況を把握して指導に生かす授業改革の推進及び局独自研修の実施
- ・児童生徒一人一人が課題発見や課題解決に活用するなど、目的に応じたICT活用に係る取組状況の把握及び指導助言
- ・各市町教育委員会との連携による望ましい運動習慣や生活習慣の確立に向けた取組状況の把握及び指導助言

IV

各市町村の状況

Ⅰ 各市町村の体力・運動能力、運動習慣等の状況

ここでは、令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査結果について、各市町村が独自に分析した「市町村の体力合計点」や「市町村の状況及び体力向上策」等が閲覧できる二次元コードを掲載しています。

各市町村教育委員会及び学校においては、地域の状況や体力向上策を把握し、今後の取組を工夫改善するなど、各地域や学校における取組の更なる充実に向け、本資料を御活用ください。

[夕張市](#)



[岩見沢市](#)



[美瑛市](#)



[芦別市](#)



[赤平市](#)



[三笠市](#)



[滝川市](#)



[砂川市](#)



[歌志内市](#)



[深川市](#)



[南幌町](#)



[奈井江町](#)



[上砂川町](#)



[由仁町](#)



[長沼町](#)



[栗山町](#)



[月形町](#)



[浦臼町](#)



[新十津川町](#)



[妹背牛町](#)



[秩父別町](#)



[雨竜町](#)



[北竜町](#)



[沼田町](#)



札幌市



江別市



千歳市



恵庭市



北広島市



石狩市



当別町



新篠津村



[小樽市](#)



[島牧村](#)



[寿都町](#)



[黒松内町](#)



[蘭越町](#)



[ニセコ町](#)



[真狩村](#)



[留寿都村](#)



[喜茂別町](#)



[京極町](#)



[倶知安町](#)



[共和町](#)



[岩内町](#)



[泊村](#)



[神恵内村](#)



[積丹町](#)



[古平町](#)



[仁木町](#)



[余市町](#)



[赤井川村](#)



室蘭市



苫小牧市



登別市



伊達市



豊浦町



壮瞥町



白老町



厚真町



洞爺湖町



安平町



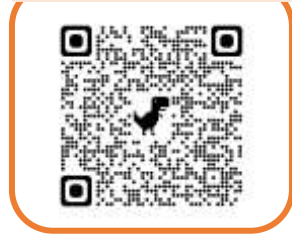
むかわ町



日高町



平取町



新冠町



浦河町



様似町



えりも町



新ひだか町



[函館市](#)



[北斗市](#)



[松前町](#)



[福島町](#)



[知内町](#)



[木古内町](#)



[七飯町](#)



[鹿部町](#)



[森町](#)



[八雲町](#)



[長万部町](#)



[江差町](#)



[上ノ国町](#)



[厚沢部町](#)



[乙部町](#)



[奥尻町](#)



[今金町](#)



[せたな町](#)



[旭川市](#)



[士別市](#)



[名寄市](#)



[富良野市](#)



[鷹栖町](#)



[東神楽町](#)



[当麻町](#)



[比布町](#)



[愛別町](#)



[上川町](#)



[東川町](#)



[美瑛町](#)



[上富良野町](#)



[中富良野町](#)



[南富良野町](#)



[占冠村](#)



[和寒町](#)



[剣淵町](#)



[下川町](#)



[美深町](#)



[音威子府村](#)



[中川町](#)



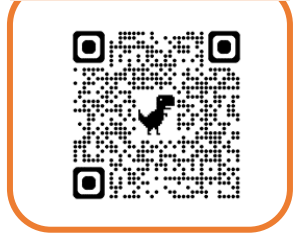
[幌加内町](#)



[留萌市](#)



[増毛町](#)



[小平町](#)



[苫前町](#)



[羽幌町](#)



[初山別村](#)



[遠別町](#)



[天塩町](#)



[稚内市](#)



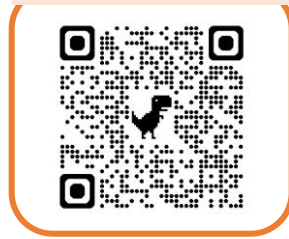
[猿払村](#)



[浜頓別町](#)



[中頓別町](#)



[枝幸町](#)



[豊富町](#)



[礼文町](#)



[利尻町](#)



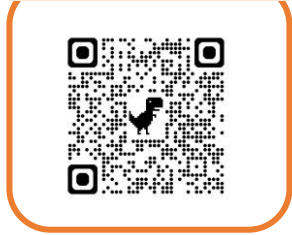
[利尻富士町](#)



[幌延町](#)



[北見市](#)



[網走市](#)



[紋別市](#)



[美幌町](#)



[津別町](#)



[斜里町](#)



[清里町](#)



[小清水町](#)



[訓子府町](#)



[置戸町](#)



[佐呂間町](#)



[遠軽町](#)



[湧別町](#)



[滝上町](#)



[興部町](#)



[西興部村](#)



[雄武町](#)



[大空町](#)



[帯広市](#)



[音更町](#)



[士幌町](#)



[上士幌町](#)



[鹿追町](#)



[新得町](#)



[清水町](#)



[芽室町](#)



[中札内村](#)



[更別村](#)



[大樹町](#)



[広尾町](#)



[幕別町](#)



[池田町](#)



[豊頃町](#)



[本別町](#)



[足寄町](#)



[陸別町](#)



[浦幌町](#)



[釧路市](#)



[釧路町](#)



[厚岸町](#)



[浜中町](#)



[標茶町](#)



[弟子屈町](#)



[鶴居村](#)



[白糠町](#)



根室市



別海町



中標津町



標津町



羅臼町





特色ある取組

Ⅰ 道内の小・中学校における特色ある取組

ここでは、児童生徒の体力の向上について、道内の小・中学校における特色ある取組を掲載しています。

各市町村教育委員会及び学校においては、道内の特色ある取組を把握し、今後の取組を工夫改善するなど、各地域や学校における取組の更なる充実に向け、本資料を御活用ください。

【空知管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 10市14町
- ・ 小学校数：56校
 - ・ 中学校数：37校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・ 「資質・能力」の育成につながる教育課程の検証・改善
- ・ 地域と学校の連携・協働の推進

■ 児童生徒の実態に応じた体育科の授業改善

【取組①】

- ・ 全国体力・運動能力、運動習慣等調査における体力合計点や質問調査の回答から3つのグループに分類し、特徴に応じたきめ細かな指導を実施した。
- ①「高意欲・高関与」グループ：リーダー的な役割
- ②「受動的・限定的関与」グループ：成功体験の蓄積及び主体的に挑戦する機会の確保
- ③「低意欲・非関与」グループ：安全・安心な環境設定及び段階的な成功体験の形成

【成果と課題】

- サーキットトレーニング等の個に応じた運動の場を設定することにより、主に②、③グループの児童が自身の課題に応じた場を選択し、主体的に学習活動に取り組むことができた。
- 体育科の授業だけでなく、学校生活や家庭における日常的な運動習慣に結び付くよう運動への意欲を高める必要がある。

■ 給食時間を活用した食育動画配信

【取組②】

- ・ 滝川市では、給食時間を「学びを深める時間」へと発展させることを目的として、栄養教諭が企画・制作した市内の小学生向け食育動画「滝川市食育ちゃんねる」を週1回配信し、各学校において給食時間に視聴する時間を設定している。本動画では、月ごとの食育の目標の解説や給食調理の様子、養護教諭と連携し、健康に関する内容等を取り上げている。

【成果と課題】

- 給食の調理工程を知ることによって、児童が給食をより身近に感じるようになり、給食に携わる方々への感謝の気持ちや食への関心の向上につながった。
- 中学校においては、給食時間が短く、動画を給食時間内に視聴することが困難であることから、動画の内容や指導方法を工夫する必要がある。

【石狩管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 6市1町1村
- ・小学校数：267校
- ・中学校数：136校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・体力向上に向けた検証改善サイクルの確立
- ・各学校における体育科・保健体育科の授業改革
- ・小学校体育エキスパート教員等と連携した体力向上に係る組織的・協働的な取組の推進

■ 授業実践・改善セミナーの実施

【取組①】

・各学校における資質・能力をバランスよく育成するための単元を見通した指導の充実に向け、優れた教科指導力を有する教員を講師とした公開授業や研究協議などの実践的な研修を実施した。

学習の流れ	25	性(落下地点に入る動き) ③補助運動 ・ネットなし対面パス(ボールの高さ、位置、ボールを持っていない動きを意識させる)	・チームを半分に分けて、1点マッチ勝ち残り。 ・3人の中での役割やポジショニングを考える ・タッチネットに気をつける ・ラリーを続けること →得点を取りにくい意識へ変えていく	③6対6 ・役割分担(レシーブ・トス・スパイク) ・ローテーションあり ・フロントプレイヤー バックプレイヤーを都度確認しながらゲームを進める ※練習の方法についても理解を深める
	50	④試合のゲーム(6対6) ・チームバランスの確認 ・クラス全体の課題の焦点化 ※実況や毒撮、運動の関わり方について理解を深		
評価計画	知識技能	知① (技①)		
	思考判断表現		②	
	強健に 課題 ①			②

【資質・能力の関連を明確にした単元構造図】

【成果と課題】

- 資質・能力の関連性を明確にした単元構造図に基づく公開授業や研究協議等を通して、資質・能力をバランスよく育成するための単元を見通した指導の充実について理解を深めることができた。
- 教育局ホームページや学校教育指導訪問における指導助言等を通じて、管内市町村教育委員会や各学校へ本研修内容を普及するなどして、管内全体の体育科・保健体育科の授業力向上につなげていく必要がある。

■ 日常的な運動機会の創出

【取組②】

・児童の基礎的な体力向上に向け、放課後に学校の体育館等を活用し、地域学校協働活動の一環として、地域の多様な方々の協力の下、児童がスポーツ等に取り組む「放課後子ども教室」を定期的開催している。



【放課後子ども教室での活動の様子】

【成果と課題】

- 地域の専門的な人材や関係機関と連携して学校外における児童の日常的な運動機会を創出し、楽しみながら運動に取り組む環境を整えたことにより、体力合計点において全国平均を上回る結果につなげることができた。
- 運動習慣等形成連絡協議会などの機会を通じ、管内市町村教育委員会や各学校へ特色ある取組について普及することなどにより、児童生徒が日常的に運動に親しむ機会を創出する必要がある。

【後志管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 1 市13町6村
- ・小学校数：54校
- ・中学校数：36校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・子ども一人一人の可能性を引き出す教育の推進
- ・学びを選択・自己調整できる指導計画や学習環境の充実
- ・デジタル学習基盤の効果的な活用

■ 1人1台端末の活用による柔道の授業改善

【取組①】

- ・1人1台端末を活用し、手本の動画や解説資料など複数の資料を用いて、自己の課題に応じた動きのポイントを確認する活動を取り入れた。
- ・グループで簡易な攻防の様子を撮影し、課題の解決に向けて、自他のよさや改善点、動きのポイントを発見し、伝え合う活動を取り入れた。
- ・本時の後半に、再度、確認した動きのポイントを意識して、簡易な攻防を行う活動を設定した。

【成果と課題】

- 運動観察の視点を明確にしたICTの活用により、正しく体を動かすための技術的なポイントへの理解を深めることができた。
- 理解したポイントを意識しながら行う簡易な攻防の設定により、自己の技能の高まりを実感させる学習過程にすることができた。
- 級友との活動に消極的な生徒に対する関わり方を工夫することにより、グループでの伝え合う活動を活性化させる必要がある。

■ 新体力テストに係る組織的な取組

【取組②】

- ・前年度の新体力テストの分析結果を踏まえ、課題がある種目に焦点化を図った体力向上策を計画し、職員会議において全教職員に共通理解を図った。
- ・新体力テストの種目の動きに慣れることをねらいとして「体力アップコーナー」を設置した。用具の常設、運動の行い方や動きのポイントを紹介する掲示など、休み時間に児童が自主的に活用できる環境を整備した。

【成果と課題】

- 休み時間等に、児童が主体的に新体力テストの種目に応じた運動に取り組む姿が見られるようになった。自己の興味や関心に応じた運動に日常的に取り組むことができる環境を整備したことにより、児童が主体的に運動する機会を創出することができた。
- 活動内容が固定化し、児童の関心が低下する傾向が見られたことから、後期に新たな運動を導入するなど工夫する必要がある。

【胆振管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 4市7町
- ・小学校数：62校
- ・中学校数：44校

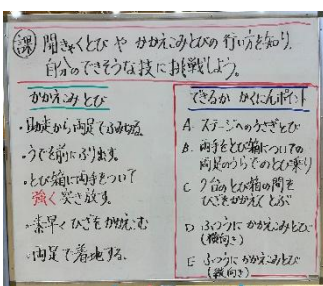
■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・子どもが自己調整しながら学びを進め、自立した学習者となるための指導方法の確立・共有・活用
- ・運動やスポーツに意欲的に取り組む態度の醸成

■ 児童自ら課題解決を目指すための授業づくり

【取組①】

- ・学習課題や動きのポイントなどを可視化することで、児童が自ら運動の課題の解決を目指し、自己調整しながら学びを進められるようにした。
- ・遅延カメラなどのICT機器を活用し、自己の動きを客観視できるようにするとともに、多様な運動の場を設定することにより、児童が自己の能力や課題に応じた練習の場を選択できるようにした。



【成果と課題】

- 学習課題等の可視化やICT機器の活用により、児童が自己の課題を把握し、見通しをもって活動することができた。また、課題に応じた練習の場を選択させることにより、児童が自ら運動の課題の解決を目指す態度を醸成することができた。
- 課題に応じた練習の場の準備に時間がかかることから、準備の進め方を工夫する必要がある。

■ 外部講師を活用した保健領域の学習の充実

【取組②】

- ・小学校の保健領域における学習内容を学校生活や学校以外の生活などに関連付けた取組として、専門的な知見をもつ外部講師の講話を通して、病気の予防などについて理解を深められるようにした。
- ・第6学年において、薬剤師による薬物乱用防止教室や医師によるがん予防教室を実施するなど、地域における保健に関わる様々な活動について考えることができるようにした。

【成果と課題】

- 外部講師から直接話を聞くことにより、小学校の保健領域における学習内容に対する関心が深まるとともに、学校生活や学校以外の生活などと関連付けて考え、学びを深めることができた。
- 講話に関連する保健の学習を行う時期と講師派遣の時期を合わせるために年間指導計画の見直しをするなどして、学習効果を高める必要がある。

【日高管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 7 町
- ・ 小学校数：22校
- ・ 中学校数：14校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・ 子ども一人一人が資質・能力を確実に身に付ける教育の推進
- ・ 子どもの学びの質を高める環境の確立
- ・ 自主・自立的な生活習慣、学習習慣の確立

■ 系統性を意識した授業づくり

【取組①】

- ・ 日高教育研究所・教職員研修センター主催の研修講座で、小学校体育エキスパート教員による前年度の学習内容を踏まえたゴール型ゲームの授業公開や北海道教育大学旭川校高瀬教授による学習指導要領の構造についての講義を通して、系統性を意識した授業づくりについて理解を深めた。



【成果と課題】

- 授業参観と有識者の講義を関連付けて実施したことにより、参加者が理論を踏まえて運動領域の系統性を意識した授業のイメージをもつことができた。
- 研修講座に参加していない管内の教員にも成果を広めることができるよう、普及の方法について工夫する必要がある。

■ 主体的に体力向上に取り組むための取組

【取組②】

- ・ 小学校において、外遊び啓発ポスターを掲示したり、校庭の植木や固定遊具等をコースに組み込んだ「クロスカントリーコース」を設定し休み時間に開放したりすることにより、児童が意欲的に運動できる日常的な取組の充実を図った。



【成果と課題】

- 新体力テストにおける50m走の記録が上昇するなど、児童の体力が向上するとともに、休み時間に外で遊ぶ児童が増えるなど、児童が主体的に運動に親しむ機会を増やすことができた。
- 運動に親しむことができない児童が一定数いることから、今後、全ての児童が主体的に取り組むことができるよう、取組内容を検討する必要がある。

【渡島管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 2市9町
- ・小学校数：75校
- ・中学校数：40校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・学びや地域の資源をつなげる「検証改善サイクルの確立」
- ・資質・能力を身に付ける「体育・保健体育の授業改善」
- ・安心感と充実感を創り出す「望ましい生活習慣、運動習慣の確立」

■ 体育科・保健体育科の授業改善の取組

【取組①】

- ・管内の教員及び市町教育委員会指導主事を対象に、体育エキスパート教員を講師とした研修を実施し、体育・保健体育の授業における授業改善及び新体力テストに係る取組について実践発表を行い、その発表内容を基に局独自の指導資料を作成して管内に周知した。



【成果と課題】

- 体育・保健体育の授業改善及び新体力テストに係る好事例を広く周知することにより、児童生徒が「できる・わかる・楽しい」を実感できる体育・保健体育の授業につなげることができた。
- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査において、体育が苦手な児童生徒の多くは、自分に合ったペースで行うことができたなら、今より体育の授業が楽しくなると回答していることから、安心感を与えたり、選択肢を与えたりするなどの指導の工夫を行う必要がある。

■ 体育科・保健体育科の授業以外の取組

【取組②】

- ・管内の中学校区において、全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果及び全学年の新体力テストの結果を共有・協議し、児童生徒の体力向上を図る共通の取組として、休み時間に「なわとびカード」を活用し継続的に体力向上の取組を行った。



【成果と課題】

- 全国体力・運動能力、運動習慣等調査の結果や全学年の新体力テストの結果を共有・協議することにより、継続的に児童生徒の成長を捉えるとともに、体力向上に向けた取組について検証改善を図ることができた。
- 体力向上に向けて、朝食の摂取や睡眠時間、スクリーンタイムなどの生活習慣の改善を図る取組を推進する必要がある。

【檜山管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 7 町
- ・ 小学校数：15校
- ・ 中学校数：10校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・ これまでの実践とICTとのベストミックス
- ・ 児童生徒が進んで学習に参加する授業実践の充実
- ・ 教職員一人一人の専門性向上に向けた研修機会の充実

■ 系統性を踏まえた単元デザイン

【取組①】

- ・ 小学校学習指導要領解説「体育編」に示されている「例示」から、各学年で身に付けさせたい技を単元別に分かりやすく整理した。
- ・ 上記の内容を全教職員で共有することにより、授業において指導項目を誰でも確認することができるようにするとともに、児童が自己の課題解決に向けて必要に応じて下学年の技を選択できるように工夫した。

【成果と課題】

- 技能の習得に向けて、系統的なつながりを可視化し、学年間で一貫した指導体制を確立することができた。
- 児童が自己の課題に応じて、下学年の技を選択できるようにしたことで、自らの学習を振り返り、課題の解決を図る姿が見られた。
- 系統表を活用する際、例示に示された技能の習得のみに陥らないよう、3観点をバランスよく育成する必要がある。

■ 検証改善サイクルを生かした組織的な取組

【取組②】

- ・ 全ての学年が、ほぼ同時期に同じ領域の学習を進められるように年間指導計画を工夫した。
- ・ 全教職員で年間指導計画を共有し、用具の準備の効率化を図ることにより、活動時間や運動量を多く確保した。
- ・ 児童の学習の成果と課題を学年間で共有したり、教師が互いの実践を比較・検証したりすることにより、学校全体で指導力の向上を図った。

【成果と課題】

- 随時学校全体で年間指導計画の改善点を検討することにより、次年度の年間指導計画に反映することができた。
- 同時期に同じ領域の学習を行うことにより、上級生がどのような学習をしているかを下級生が確認でき、学習意欲の向上が図られた。
- 系統性を踏まえた授業実践では、教員間で指導力に差が見られることから、年間指導計画を活用し組織的に取組を進める必要がある。

【上川管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 4市17町2村
- ・小学校数：106校
- ・中学校数：59校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- 上川学びフォーカス 学びを伸ばす～学力・体力向上～
- ・ 学校の課題や子どもたちの実態を踏まえた体力向上の取組の充実～健康の保持増進と豊かなスポーツライフの実現に向けて～

■ 系統性を踏まえた単元デザイン、教材の工夫

【取組①】

- ・ 中学校「E球技 ア ゴール型」の領域において、学習指導要領に示されている「空間に走り込むなどの動き」を実現するため、小学校からの系統性を踏まえ、バスケットボールとタグラグビーを組み合わせた教材を開発した。

【成果と課題】

- 小学校からの系統性を踏まえ、単元全体を通して、教師が生徒に「空間に走り込むこと」を意識させるとともに、生徒の実態を捉え、ルールや用具を工夫したことにより、走り込むための空間が自然と生まれ、全ての生徒に運動の楽しさや爽快感を味わわせ、苦手意識をもたせないような教材を開発することができた。
- 児童生徒の資質・能力の育成につながる授業改善に向け、他の領域においても、系統性を踏まえた単元デザイン、教材の工夫を行うとともに、小学校との連携を深め、教材の工夫を重ねるなど、取組を継続する必要がある。

■ 体力向上に向けた組織的・計画的な取組

【取組②】

- ・ 新体力テストの分析結果を踏まえ、体力向上プランを作成し、子どもの運動への意欲を高めるために身近なスポーツの情報や新体力テストのポイントを掲示した「体育コーナー」を常設するとともに、「2」がつく日の休み時間に全校で鬼ごっこを実施する「02（おに）の日」の設定及び長縄跳びの活動の充実を図った。



【体育コーナーの掲示】

【成果と課題】

- 「体育コーナー」の設置により、子ども同士がスポーツについて交流するきっかけとなるとともに、教師と全校の子どもが一緒に鬼ごっこや長縄跳びを行う機会を通して、子どもの運動機会の確保と運動への意欲を高めることができた。
- 子どもの運動に対する意欲喚起と習慣化に向け、取組の効果検証を行い、掲示物の内容や取組方法等の改善を行う必要がある。

【留萌管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 1市6町1村
- ・小学校数：16校
- ・中学校数：11校

■ 体力向上に向けた取組の重点

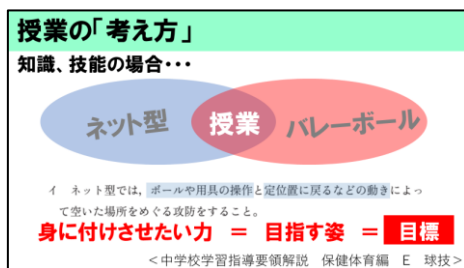
- ・体力・運動能力向上と体を動かすことへの意欲向上を目指した組織的な取組
- ・学習習慣、運動習慣など望ましい生活習慣の確立に向けた市町村・学校・家庭・地域が連携した取組

■ 推進教員を講師とした授業改善に向けた取組

【取組① 増毛町立増毛中学校 山形教諭】

初任段階教員及び期限付教員の指導力向上及び体力向上の取組の充実を図るため、授業改善推進教員を講師として公開授業や協議などの研修を行った。

単元のゴールを明確にして、生徒に身に付けさせたい資質・能力を育成するために、学習指導要領を踏まえて、学習活動を考えること等を確認した。



【成果と課題】

- 参加した教員から、単元デザインやICTの効果的な活用など、学びを深めるための具体的な手立てについて見通しをもつことができ、授業改善に大変参考になったという意見が多数出された。
- 広域な管内において、教科担任が1名の学校が多いことから、「バーチャルオフィス」等を活用して、日常的に授業改善に向けて相談できる場を整える必要がある。

■ 体力・運動能力の育成に向けた日常的な取組

【取組② 羽幌町立羽幌小学校】

「育てて、伸ばして、高める活動の場」のテーマ達成に向け、調査結果を踏まえた実態から課題を明確にし、教育活動全体を通して体力・運動能力向上に向けた取組を推進した。

保健体育係が中心となり、全校で取り組むことができる体力づくりの活動を考案し、実践を通して、改善・充実を図った。



「フットビーサッカー」を楽しむ児童の様子

【成果と課題】

- 質問調査の「運動が好き」の項目において、男子が100%、女子が82.4%肯定的な回答をしており、日常的な取組を通して体を動かすことの楽しさを感じている児童が多い。
- 調査結果を踏まえ、握力を向上させる取組が必要であることから、遊びの中で、握力の向上を目指した活動を考案し、取組の成果を検証して、改善を図る必要がある。

【オホーツク管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 3市14町1村
- ・小学校数：71校
- ・中学校数：49校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・新体力テスト等の結果分析を踏まえた授業改善
- ・学校の創意工夫により、体育・保健体育の授業以外の児童生徒の体力・運動能力の向上を図る取組の推進

■ 楽しさや喜びを味わうことができる指導の工夫

【取組①】

- ・全国体力・運動能力、運動習慣等調査生徒質問調査において、「保健体育の授業は楽しい」と回答した生徒の割合が全国及び全道を下回ったことから、運動の楽しさや喜びを味わうことをねらいとし、チームでの課題共有や解決の場面を設定することにより、生徒一人一人がゲームへの積極的な参加や得点への関与等、成功体験を得られるよう、単元の指導計画を工夫した。

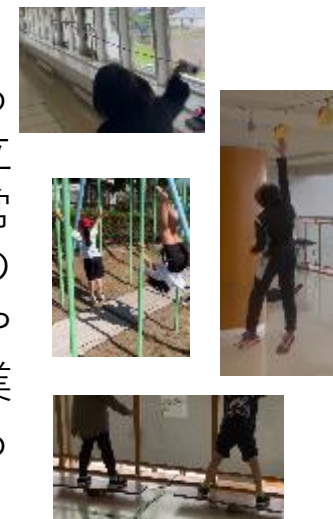
【成果と課題】

- チームで課題解決を図り、シュートの成功体験が増えたことにより、単元終了後のアンケートでは、「運動の楽しさを感じられた」と肯定的に回答した生徒が91%になった。
- 管内において、「保健体育の授業は楽しい」と肯定的に回答した生徒の割合が全国及び全道を下回っていることから、授業改善に係る好事例を普及するなど、管内全体で取組を進める必要がある。

■ 体力向上に向けた授業以外の場の設定

【取組②】

- ・児童の体力、運動能力の向上を図るとともに、望ましい運動習慣を確立することをねらいとし、校内の日常的に目に入る場所に新体力テストの種目に結び付く運動ができる器具やスペースを設けることにより、授業以外でも運動に親しむことができるようにした。



【成果と課題】

- 児童が日常的に運動に親しむ機会が増えたことにより、質問調査の「中学校で授業以外でも自主的に運動したい」と肯定的に回答した児童の割合が、前年度と比べて10ポイント以上上昇した。
- 管内において、「授業以外でも自主的に運動したい」と肯定的に回答した児童の割合が全国及び全道を下回っていることから、本実践を普及するなど、管内全体で取組を進める必要がある。

【十勝管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

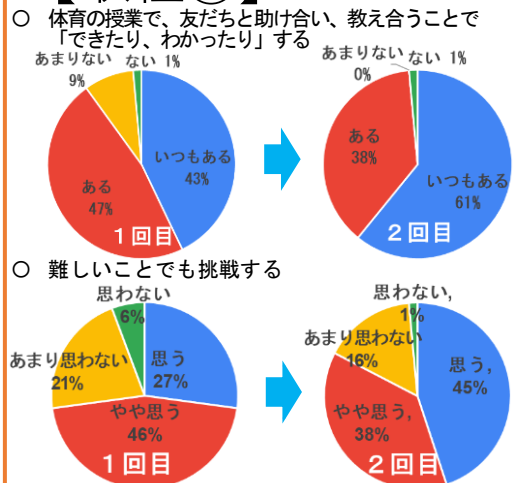
- 1市16町2村
- ・小学校数：81校
- ・中学校数：48校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・新体力テスト等の活用による体育・保健体育の授業改善や体力向上の取組の推進
- ・児童生徒の健康問題の解決に向けた実効性のある学校保健委員会を通じた学校保健組織活動の活性化

■ 自己の変容を実感させる授業づくり

【取組①】



・単元の前後に、運動・スポーツ及び保健体育科の授業に関する意識調査を実施し、生徒がその結果を比較して自己の変容を自覚したり、運動の楽しさを実感して意欲を高めたりする取組を行った。

【成果と課題】

- 生徒が自己の変容を実感するとともに、育成すべき資質・能力を明確にすることにより、授業の検証及び改善につなげることができた。
- 生徒が自己の変容の理由を振り返る活動や互いの成果を賞賛する活動を通して、自己存在感を実感できる機会を確保するなど、学びの意欲を一層高める取組を進めていく必要がある。

■ 運動していることを実感し、意識付ける取組

【取組②】



・学校内に「歩くこと」や「階段を上ること」などの日常的な身体活動も運動であることを実感したり行動喚起したりするような掲示物を設置するとともに、生徒会による歩数計の貸出しなどを通じて、日常の学校生活の中での運動を意識付ける取組を行った。

【成果と課題】

- 歩くことの大切さを実感し、「できるだけ歩いて登校しよう」と意識する児童生徒が増えるとともに、歩数を意識することで一日の運動量について考えるなど、児童生徒の運動に対する関心を高めることができた。
- 体づくり運動と個人の体力向上の計画との関連を図ることで、より効果的な体力向上の取組を推進する必要がある。

【釧路管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 1市6町1村
- ・小学校数：52校
- ・中学校数：35校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・ICTを活用した個別最適な学びと協働的な学びの一体的な充実による自立した学習者の育成
- ・子どもの実態を踏まえた体力向上の取組の充実

■ 運動が苦手な児童生徒のための授業づくり

【取組①】

- ・体育授業改善研修会を開催し、模擬授業や実技研修、協議を通して、運動が苦手な児童生徒が「できた、わかった」を実感することができる体育の授業づくりのポイントについて理解を深めた。



【成果と課題】

- 単元の流れを体験しながら学ぶことを通して、児童生徒が「できた、わかった」を実感することができる目標の設定や場の工夫など、具体的な授業づくりのポイントを学ぶことができた。
- 体育の指導に不安がある教員にも取組の成果を広げることができるよう、普及方法を工夫する必要がある。

■ 対象を明確にした体力向上の取組

【取組②】

- ・小学校において、児童会が主体となって、運動が苦手な児童でも、「これならできるかも」と感じたり、運動に親しんだりすることができる体力向上の取組を計画して実施した。



【成果と課題】

- 普段、グラウンドや体育館で遊ばない児童が、運動に参加したり、見学したりする姿が見られ、運動に親しむ機会の拡充を図ることができた。
- 主体的に活動に参加できなかった児童もいたことから、「手軽に」「周囲の目を気にせず」に取り組むことができる運動の場の設定や内容、教師の関わりを工夫する必要がある。

【根室管内の特色ある取組】

■ 管内の概要

- 1市4町
- ・小学校数：23校
- ・中学校数：19校

■ 体力向上に向けた取組の重点

- ・授業改革の推進
- ・学習ツールとしてのICTの活用
- ・検証改善サイクルの質的向上

■ 運動の楽しさを味わわせる指導の工夫

【取組①】

- ・低学年のボールゲームでは、フラフープやペットボトルなど様々な的を用意することにより、児童が楽しみながら簡単なボール操作を行えるよう工夫した。
- ・また、相手が倒しにくい的の置き方や的を倒すための投げ方を児童が考える時間を設定した。



【成果と課題】

- 児童が楽しんで運動したり、思考・判断したりすることができるよう場の設定や教材・教具を工夫したことにより、児童は、的にボールを当てる楽しさや、的を倒せたときの爽快感を味わい、運動の楽しさを実感することができた。
- 児童が自分の課題に応じて用いるボールを選択できるようにして、運動の楽しさをより一層味わえるよう工夫する必要がある。

■ 運動の大切さを感じさせる指導の工夫

【取組②】

- ・体育の授業以外に、全校が一斉に運動に取り組む「マラソン週間」と「なわとび週間」を年2回ずつ設け、児童が互いに励まし合いながら継続して運動に取り組み、運動の大切さを感じることができるよう工夫した。
- ・また、児童一人一人が自分で目標を設定することで、目標の達成に向けて主体的に運動に取り組むことができるようにした。

【成果と課題】

- 児童が自分で設定した目標の達成に向けて、継続して運動に取り組む機会を設定したことにより、児童は継続して運動することで、できなかったことができるようになったり、体の調子がよくなったりするなど、運動の大切さに気付くことができた。
- 運動週間を設けなくても、児童が日常的に運動に取り組むことができるよう、家庭と連携した取組を推進する必要がある。



HOKKAIDO BOARD OF EDUCATION

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査の全道や管内の詳細なデータは、
北海道教育委員会のWebページに掲載しております。

令和7年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査「北海道版結果報告書」

検索



をクリック！